MÁS ALLÁ DE LA EMPATÍA

Verdad, justicia y madurez moral

José Misael Diaz Ayala

TITULO

EMPATÍA

SUBTÍTULO

COMPRENSIÓN DEL OTRO, VERDAD Y LÍMITES DE UNA VIRTUD MAL ENTENDIDA

PRÓLOGO

Por qué la empatía necesita ser pensada de nuevo

Hay palabras que, cuanto más se celebran, menos se entienden. “Empatía” es una de ellas. Pocas gozan hoy de un prestigio moral tan inmediato. Se la invoca en la educación, en la política, en la psicología, en las relaciones íntimas, en el trabajo, en los conflictos públicos y en las conversaciones privadas. Sirve para elogiar una actitud, para corregir una conducta, para reclamar atención, para pedir delicadeza, para condenar durezas y, no pocas veces, para exigir una forma de inmunidad frente a la crítica. Parece una de esas palabras ante las cuales la conciencia contemporánea se inclina casi sin examen, como si su valor fuese evidente y su sentido transparente. Pero no lo es.

El prestigio de una palabra no garantiza su claridad. A veces ocurre lo contrario: cuanto más honor recibe un término, más se ensancha su uso, más indiscriminadamente se aplica y más difícil se vuelve decir con rigor qué nombra. Tal parece ser el destino actual de la empatía. Bajo su nombre se reúnen fenómenos distintos y a veces incompatibles: sensibilidad emocional, compasión, simpatía, amabilidad, validación, escucha, delicadeza, bondad, aprobación, fusión afectiva, identificación, tolerancia y hasta renuncia al juicio. De este modo, una palabra que debería servir para pensar mejor acaba sirviendo para pensar menos. Se la usa mucho, pero se la distingue poco. Se la alaba con facilidad, pero raras veces se la examina con severidad. Y cuando un concepto moral se vuelve inmune al examen, empieza ya a degradarse.

Este libro nace de una sospecha intelectual sencilla, aunque exigente: que la empatía es mucho más importante y mucho más

difícil de lo que normalmente se cree, y precisamente por eso debe ser rescatada tanto de sus caricaturas sentimentales como de sus abusos morales. No basta con decir que es buena. No basta con recomendarla. No basta con oponerla vagamente a la crueldad. Hace falta comprender qué es, qué no es, qué permite, qué no garantiza, qué ilumina, qué oscurece, qué exige y qué peligros encierra cuando se la convierte en un absoluto.

La confusión dominante puede formularse de un modo muy simple: hoy muchas personas hablan de empatía como si significara dar la razón. O, más precisamente, como si comprender al otro obligara a aprobarlo, justificarlo o abstenerse de criticarlo. Éste es uno de los errores centrales de nuestro tiempo afectivo. Porque comprender no es asentir. Reconocer el dolor de alguien no implica declarar verdadera su interpretación de los hechos. Entrar en la perspectiva ajena no obliga a renunciar a la propia. Si así fuera, la empatía no sería una forma más alta de inteligencia moral, sino una capitulación del juicio.

Pensar la empatía exige, por tanto, una disciplina de distinción. Exige separar comprensión de aprobación, cercanía de fusión, escucha de sumisión, compasión de indulgencia, reconocimiento de idolatría emocional. Y exige algo todavía más difícil: sostener al mismo tiempo dos fidelidades que en la cultura contemporánea suelen presentarse como enemigas, cuando en realidad deberían corregirse y elevarse mutuamente. Me refiero a la fidelidad a la experiencia del otro y la fidelidad a la verdad. La primera sin la segunda degenera en sentimentalismo, parcialidad o manipulación afectiva. La segunda sin la primera degenera en dureza abstracta, ceguera interpersonal o violencia de superioridad. Una teoría seria de la empatía debe negarse a elegir entre humanidad y juicio. Debe

mostrar que comprender al otro no exige abdicar de la verdad, sino aprender a ejercerla de manera menos bárbara.

Este libro no se propone exaltar la empatía como consigna moral. Se propone pensarla. Y pensarla significa aquí situarla en un campo más amplio de problemas: la alteridad, la interioridad ajena, la posibilidad de comprender a otro sin reducirlo a uno mismo, la relación entre experiencia y verdad, los límites del acceso a la subjetividad ajena, la diferencia entre sentir, interpretar, justificar y amar, así como los sesgos, deformaciones y manipulaciones a los que el término está hoy expuesto. La empatía no será tratada como una virtud ornamental ni como una técnica de buena convivencia, sino como una cuestión filosófica y moral de primer orden: una cuestión que toca el modo mismo en que concebimos al otro, la forma en que juzgamos, la manera en que cuidamos y el tipo de vida común que creemos posible.

Hay, en efecto, una pregunta filosófica de fondo que recorre silenciosamente toda reflexión sobre la empatía: ¿qué significa que exista otro ser humano y no sólo yo? No otro como pieza funcional de mi mundo, no otro como obstáculo, aliado, amenaza, público o instrumento, sino otro como centro de experiencia irreductible, como alguien para quien el mundo aparece desde un lugar que no es el mío. La empatía, en su núcleo más serio, toca precisamente este misterio elemental: el hecho de que la realidad humana no está hecha sólo de mi punto de vista. El otro no es un objeto entre objetos. Tampoco es un espejo de mis emociones ni una extensión de mi narrativa interior. Es otro. Y comprenderlo exige un movimiento tan simple de nombrar como difícil de realizar: salir de la centralidad espontánea del yo sin invadir ni borrar la alteridad de quien está frente a mí.

En este sentido, la empatía pertenece a la gran tradición de las preguntas sobre el reconocimiento, la convivencia y la dignidad. Pero también pertenece a la historia de nuestros errores. Porque el ser humano no sólo tiene dificultad para comprender al otro; también tiene tendencia a deformarlo de varias maneras: reduciéndolo a su utilidad, absorbiéndolo en su propio punto de vista, idealizándolo sentimentalmente o utilizándolo como superficie sobre la que proyecta sus miedos, sus expectativas y sus deseos de absolución. La empatía mal entendida participa de estas deformaciones. A veces porque se vuelve una coartada para no pensar con precisión. A veces porque se convierte en exigencia de confirmación emocional. A veces porque opera como sustituto del juicio. A veces porque se degrada en una forma sofisticada de narcisismo: no escuchar al otro, sino escucharse a uno mismo a través de él.

Por eso es necesario pensar la empatía también contra ciertas formas de su propio prestigio. No contra su valor, sino contra su idolatría. Toda palabra moralmente santificada corre el riesgo de dejar de ser analizada. Y cuando eso ocurre, su fuerza se vuelve blanda, su uso se vuelve expansivo y su verdad se vuelve difícil de defender. La empatía ha llegado a ocupar en muchos discursos el lugar de una virtud total. Pareciera que quien la posee ya es bueno y quien carece de ella ya está cerca de la culpa fundamental. Pero esta simplificación no resiste examen. Una persona puede comprender muy bien la psicología ajena y usar ese conocimiento para manipular. Puede leer con finura los miedos, vergüenzas y necesidades del otro y convertirlos en instrumentos de poder. Puede mostrar gran sensibilidad en ciertos vínculos y una profunda parcialidad en otros. Puede conmoverse selectivamente, empatizar con “los suyos” y permanecer casi ciega ante los extraños. Puede

incluso llamar empatía a una disposición que no es más que miedo al conflicto o incapacidad de sostener un desacuerdo.

De ahí que una teoría seria de la empatía deba incluir no sólo su valor, sino también sus límites. La empatía no agota la moral. No sustituye a la justicia. No reemplaza a la verdad. No decide por sí sola qué es correcto. No basta para amar bien. No garantiza imparcialidad. No elimina la necesidad del juicio. Tampoco basta con sentir intensamente algo del otro para comprenderlo mejor. A veces la emoción desbordada impide ver con precisión. A veces la cercanía excesiva confunde. A veces el deseo de no herir destruye la claridad necesaria para ayudar. Hay una forma superior de la empatía que no coincide con la fusión ni con el desbordamiento, sino con una combinación más rara y más difícil: sensibilidad y forma, cercanía y medida, receptividad y lucidez.

El lector no encontrará aquí una defensa de la frialdad. Tampoco un elogio de la severidad sin humanidad. Sería una pobreza intelectual y moral responder a las deformaciones de la empatía negando su necesidad. Sin empatía, la relación con el otro se empobrece hasta el punto de la cosificación. Sin algún acceso a la experiencia ajena, el juicio se vuelve mecánico, la convivencia se brutaliza y la verdad misma pierde espesor humano. Quien no puede comprender mínimamente cómo aparece el mundo para otro queda encerrado en una forma primitiva de egocentrismo. La empatía rompe esa prisión. Nos recuerda que la realidad no se agota en nuestra propia perspectiva, que el dolor ajeno no es una abstracción, que el otro no es un accesorio de nuestro relato. En ese sentido, la empatía es una de las correcciones más profundas del narcisismo humano.

Pero una corrección no es una totalidad. Y aquí reside la necesidad exacta de este libro. No queremos rebajar la empatía. Queremos

ubicarla. No queremos sospechar de ella por sistema. Queremos pensarla con la seriedad suficiente para que no se convierta en mito moral ni en arma retórica. Pensarla de nuevo significa devolverle su contorno, sus matices, sus condiciones y sus límites. Significa distinguir sus formas: cognitiva, afectiva, compasiva. Significa analizar sus relaciones con la simpatía, la piedad, la validación, el perdón, la justificación y el amor. Significa examinar su papel en la amistad, en la familia, en la clínica, en la educación y en la política. Significa también atender a sus patologías: complacencia, sentimentalismo, fusión, narcisismo, manipulación. Sólo así podremos recuperar una comprensión más alta y más limpia del término.

La tesis que guiará estas páginas puede anunciarse desde ahora con claridad: la empatía es una facultad de comprensión de la experiencia ajena que tiene gran valor humano y moral, pero cuyo ejercicio sólo alcanza plenitud cuando permanece unida a la verdad, al discernimiento y a la responsabilidad. Separada de ellos, se deforma. Unido a ellos, el término recupera su dignidad. Comprender al otro, entonces, no será darle siempre la razón, ni absolverlo, ni diluirse en su mundo emocional, ni convertir su sufrimiento en criterio último de realidad. Será algo más difícil y más noble: esforzarse por reconocer el sentido que las cosas adquieren para él sin dejar por ello de examinar hechos, interpretaciones y actos.

Si este libro logra algo, debería ser precisamente esto: que el lector salga de él incapaz de usar la palabra “empatía” de un modo ingenuo. No porque quede desconfiado de ella, sino porque la habrá comprendido mejor. Porque sabrá distinguir entre escuchar y someterse, entre comprender y aprobar, entre acompañar y

encubrir, entre cercanía y confusión, entre compasión y blandura, entre amor y mera resonancia emocional. Y entonces, quizá, la palabra recupere algo de su seriedad perdida.

Pensar bien un término no es un lujo académico. A veces es una forma de higiene moral. Hay confusiones conceptuales que producen injusticia, relaciones deformadas y culturas emocionalmente inestables. La confusión en torno a la empatía pertenece a ese grupo. Por eso este libro no responde a una curiosidad marginal, sino a una necesidad de claridad. Allí donde el lenguaje se vuelve blando, el juicio se vuelve torpe; y allí donde el juicio se vuelve torpe, la vida común se empobrece. La tarea que sigue será, por tanto, una tarea de precisión: rescatar la empatía del exceso de prestigio, del sentimentalismo difuso y de la simplificación moral para devolverla a un lugar más alto, más exacto y más humano.

Porque la empatía merece ser defendida, sí, pero sólo después de haber sido pensada.

INTRODUCCIÓN

Una palabra prestigiosa, un concepto confuso

Pocas palabras del vocabulario moral contemporáneo gozan de una aceptación tan rápida y tan poco examinada como la palabra “empatía”. Apenas aparece en una conversación, parece instalar de inmediato una atmósfera de legitimidad. Quien la invoca suele quedar, al menos provisionalmente, del lado de la sensibilidad, de la humanidad, del respeto y de la delicadeza moral. Quien parece oponerse a ella corre el riesgo de ser percibido como frío, duro, torpe o incluso cruel. La palabra opera así no sólo como descripción de una facultad, sino como signo de prestigio. No se presenta

simplemente como un concepto a pensar, sino como una virtud que ya trae consigo una aprobación previa. Y precisamente por eso necesita ser examinada con más rigor que otras.

Éste es el primer problema del término: su éxito cultural ha sido mayor que su claridad conceptual. Se habla constantemente de empatía, pero raras veces se distingue con precisión qué se está nombrando. A veces se la identifica con la capacidad de sentir lo que otro siente. Otras veces, con la habilidad de comprender su punto de vista. Otras, con la compasión. Otras, con la escucha. Otras, con la validación emocional. Otras, con el cuidado. Otras, con la mera amabilidad. Y no faltan ocasiones en las que se usa para designar una expectativa mucho más discutible: la de que la presencia del dolor ajeno obligue a suspender toda crítica y a conceder automáticamente la razón a quien sufre. Así, bajo una misma palabra se acumulan realidades distintas, no siempre compatibles entre sí, y el resultado es una niebla conceptual que empobrece tanto el pensamiento como la vida práctica.

La confusión se vuelve aún más seria porque no es puramente terminológica. No se trata sólo de que el diccionario de uso cotidiano sea impreciso. Se trata de que, al confundir planos distintos, terminamos también confundiendo nuestras respuestas humanas más básicas. Si no distinguimos entre comprender, aprobar, justificar, compadecer, amar y validar, dejamos de saber qué hacemos exactamente cuando respondemos al dolor, a la queja, a la culpa, al conflicto o a la herida del otro. Y entonces ocurre algo grave: el lenguaje que debería ayudarnos a pensar mejor nuestras relaciones comienza a impedirlo. Lo que parece refinamiento emocional puede esconder una enorme torpeza conceptual.

Conviene decirlo con claridad desde el inicio: la empatía es una realidad compleja y valiosa, pero no es una realidad total. No agota las exigencias de la vida moral. No sustituye por sí sola a la verdad, a la justicia, al discernimiento ni al amor. Tampoco equivale automáticamente a ninguno de ellos. Una persona puede ser bastante empática y, sin embargo, profundamente parcial. Puede comprender bien la experiencia de algunos y permanecer ciega ante la de otros. Puede captar con finura la vulnerabilidad ajena y, sin embargo, carecer de toda rectitud en el uso de ese conocimiento. Puede incluso usar esa comprensión para manipular. Por eso, el primer acto de seriedad frente a la palabra "empatía" consiste en negarse a idolatrarla.

Pero sería igualmente pobre responder a esa idolatría con una reacción contraria y reductiva. La empatía no debe ser deificada, pero tampoco despreciada. Sin ella, el otro corre el riesgo de quedar reducido a objeto, categoría, función o enemigo. Sin algún grado de acceso a la experiencia ajena, la convivencia humana se vuelve más tosca, la crítica más brutal y el juicio más abstracto. Hay una verdad elemental que la empatía protege: que el otro no es sólo alguien sobre quien formulamos teorías, emitimos juicios o ejecutamos decisiones, sino también un centro de vivencias, alguien para quien el mundo aparece desde un lugar que no es el nuestro. La empatía, en su núcleo más sobrio, preserva precisamente esa dimensión irreductible de la realidad humana.

La dificultad, entonces, no está en elegir entre empatía o juicio, entre humanidad o verdad, entre sensibilidad o crítica. La dificultad real consiste en aprender a pensar la relación correcta entre estos términos. La cultura contemporánea, sin embargo, tiende a simplificar el problema mediante una oposición falsa. De un lado

ubica la empatía, asociada a la escucha, la comprensión y el reconocimiento del sufrimiento. Del otro, el juicio, asociado a la rigidez, la condena y la insensibilidad. Esta oposición es conceptualmente pobre y moralmente peligrosa. Pobre, porque confunde funciones humanas distintas y las vuelve artificialmente enemigas. Peligrosa, porque deja al sujeto moral oscilando entre dos deformaciones: o bien un juicio sin comprensión, que hiere y cosifica, o bien una comprensión sin juicio, que confunde, encubre o abdica.

Una teoría más alta de la empatía debe rechazar esa alternativa. Debe mostrar que el problema no es si comprender excluye juzgar, sino cómo comprender de manera que el juicio no sea ciego, y cómo juzgar de manera que la comprensión no se convierta en capitulación. Si esto no se piensa con cuidado, el término "empatía" queda capturado por dos deformaciones opuestas. La primera es la dureza antiempática, que sospecha de toda atención a la subjetividad ajena y trata la interioridad del otro como un estorbo para la objetividad. La segunda es la sentimentalización del vínculo, que cree que toda crítica hiere, que toda herida funda verdad y que toda comprensión obliga a asentir. Ambas deformaciones son insuficientes. La primera mutila la humanidad del otro. La segunda mutila la inteligencia moral del que responde.

En este punto se vuelve visible el problema central de este libro: **comprender no es aprobar**. Esta afirmación, aparentemente simple, tiene consecuencias profundas. Porque una gran parte de la confusión contemporánea sobre la empatía nace del hecho de no distinguir entre la comprensión de una vivencia y la evaluación de una interpretación o una conducta. Una persona puede sentirse verdaderamente herida y, sin embargo, equivocarse al identificar la

causa de esa herida. Puede sufrir de verdad y, aun así, juzgar mal los hechos que la rodean. Puede vivir un dolor intenso y reaccionar de forma injusta. Si confundimos la autenticidad de la experiencia con la verdad de la interpretación, ya no podremos pensar con precisión ni el conflicto, ni la responsabilidad, ni el cuidado.

Esta distinción exige un esfuerzo intelectual que la sensibilidad espontánea suele resistir. Porque hay una tendencia muy humana a suponer que toda emoción intensa posee una suerte de autoridad inmediata. Si alguien sufre, parece indecoroso examinar lo que piensa. Si alguien se presenta como herido, parece agresivo preguntarse si su relato es del todo verdadero. Si alguien reclama empatía, la sola presencia de esa palabra parece exigir la suspensión de toda distancia crítica. Sin embargo, una vida moral seria no puede construirse sobre ese automatismo. El sufrimiento merece atención. La vivencia merece escucha. La subjetividad merece respeto. Pero ninguno de esos hechos elimina por sí mismo la necesidad de distinguir entre dolor, interpretación, acción y responsabilidad.

De ahí surge una convicción que orientará todas las páginas que siguen: la empatía sólo alcanza su forma más noble cuando se une al discernimiento. No basta con sentir con el otro, ni con captar su punto de vista, ni siquiera con reconocer la intensidad de su experiencia. Todo eso puede ser valioso, pero permanece incompleto si no se inserta en una comprensión más amplia de la realidad humana, una comprensión que incluya la verdad de los hechos, la falibilidad de las interpretaciones, la complejidad de las motivaciones y el peso moral de los actos. La empatía es una puerta de acceso; no es el edificio entero. Es una dimensión del vínculo

humano; no su totalidad. Es una capacidad preciosa, pero no soberana.

Precisamente porque no es soberana, necesita ser situada. Y situarla exige varias tareas. La primera consiste en reconstruir qué nombra con exactitud el término. La segunda, en distinguir sus formas: la empatía cognitiva, que entiende perspectivas; la empatía afectiva, que resuena con emociones; y las variantes próximas a la compasión, que ya incluyen una orientación al bien del otro. La tercera, en separarla de nociones vecinas con las que se entremezcla: simpatía, validación, piedad, justificación, perdón, amor. La cuarta, en mostrar sus límites: nunca accedemos plenamente a la interioridad ajena, y toda comprensión del otro está expuesta al error, la proyección y el autoengaño. La quinta, en examinar sus sesgos y patologías: parcialidad tribal, fusión emocional, sentimentalismo, complacencia, narcisismo y manipulación. Sólo después de recorrer estas tareas será posible ofrecer una teoría verdaderamente sobria y fuerte de la empatía.

Al decir que la empatía debe ser “situada”, se está nombrando algo esencial. Un concepto se degrada cuando se lo separa del entramado al que pertenece y se lo transforma en consigna autosuficiente. Eso es lo que ha ocurrido en buena medida con la empatía. Se la presenta como si pudiera resolver por sí sola problemas que en realidad pertenecen a órdenes distintos. Se la invoca como respuesta suficiente frente a conflictos de verdad, de justicia o de responsabilidad. Se le atribuye una capacidad casi mágica para restaurar vínculos, apaciguar tensiones o redimir errores. Pero ningún término moral serio puede cargar con tantas funciones sin deformarse. La empatía necesita de otras dimensiones para no convertirse en ilusión: necesita verdad para no

ser crédula; necesita justicia para no ser parcial; necesita prudencia para no ser ingenua; necesita amor para no quedarse en mera resonancia; necesita límites para no derivar en fusión o sometimiento.

Hay, además, otro motivo por el cual este examen se vuelve urgente. Vivimos en un tiempo en el que la subjetividad se ha vuelto, en muchos ámbitos, la instancia privilegiada de legitimación. Lo que alguien siente no sólo se presenta como real, lo cual es correcto, sino también como normativamente decisivo, lo cual ya requiere más cautela. El paso de la experiencia al derecho, del dolor a la inmunidad, de la herida a la verdad, suele darse con una rapidez excesiva. En ese contexto, la palabra "empatía" opera con frecuencia como puente entre el registro subjetivo y la exigencia moral. No siempre se usa para pedir comprensión; a veces se usa para blindar un relato, para impedir la crítica o para convertir la propia vulnerabilidad en un argumento final. Cuando esto ocurre, la empatía deja de funcionar como apertura al otro y se convierte en instrumento de presión afectiva.

Pero sería un error pensar que este problema se agota en el espacio público o en los discursos ideológicos. También está presente en la vida íntima. Muchas relaciones fracasan, se enredan o se vuelven moralmente asimétricas porque sus miembros no distinguen entre escuchar y ceder, entre comprender y justificar, entre acompañar y abdicar. Hay personas que, por miedo a herir, llaman empatía a su incapacidad de poner límites. Hay otras que usan la demanda de empatía para protegerse de toda confrontación. Hay quienes identifican ser amados con ser confirmados en todo. Hay quienes creen que una observación crítica prueba automáticamente falta de empatía. Esta confusión no produce vínculos más profundos;

produce vínculos más inestables, más ambiguos y, a menudo, más manipulables.

Por eso este libro no trata sólo de una palabra, sino de una forma de vida. Pensar bien la empatía es pensar mejor la manera en que escuchamos, discutimos, cuidamos, juzgamos, enseñamos, corregimos, acompañamos y convivimos. Es pensar el lugar del otro en nuestra experiencia y el lugar de nuestra inteligencia frente al otro. Es pensar, en último término, qué significa reconocer a alguien como sujeto sin convertirlo ni en objeto de dominio ni en ídolo emocional. La empatía se encuentra justamente en esa frontera delicada: entre la cosificación y la idolatría, entre la frialdad y la absorción, entre la indiferencia y la confusión.

La tesis de este libro puede formularse desde ahora con suficiente precisión. La empatía es una facultad compleja de comprensión de la experiencia ajena, valiosa e indispensable para una vida humana no bárbara, pero insuficiente por sí sola como fundamento último de la verdad, la justicia o el amor. Su dignidad reside en que nos descentra, nos arranca de la absolutización de nuestra propia perspectiva y nos abre al hecho de que el otro vive el mundo desde un lugar irreductible al nuestro. Su límite reside en que esa apertura no garantiza por sí misma ni verdad, ni rectitud, ni bondad. Por ello, la empatía sólo encuentra su forma más alta cuando permanece unida al discernimiento y a la responsabilidad.

Si esta tesis es correcta, entonces el trabajo que sigue tendrá un doble movimiento. Por un lado, defenderá la empatía frente a quienes la reducen a blandura, sensibilidad superficial o debilidad moral. Por otro, la criticará en sus versiones infladas, confusas o idolatradas. No la tratará como consigna, sino como problema. No la exaltará ciegamente, pero tampoco la sospechará por sistema. La

tomará en serio. Y tomarla en serio implica exigirle más de lo que suele exigírsele: mayor claridad, mayores distinciones, mayor rigor en su uso, mayor conciencia de sus límites y mayor integración con otras dimensiones de la vida moral.

El lector debe entrar, por tanto, en estas páginas dispuesto a perder ciertas comodidades conceptuales. No bastará con asentir a favor de una palabra prestigiosa. Hará falta examinar lo que verdaderamente ocurre cuando decimos que comprendemos a otro. Habrá que preguntarse qué significa "ponerse en su lugar", hasta dónde puede hacerse, qué implica ese gesto y qué peligros encierra. Habrá que distinguir entre experiencia y verdad, entre emoción y argumento, entre herida y razón, entre comprensión y absolución. Habrá que aceptar que algunas apelaciones contemporáneas a la empatía son legítimas y otras son manipuladoras. Habrá que reconocer que la empatía es necesaria, pero que no basta.

Ese esfuerzo de precisión no es una frialdad añadida a la vida moral. Es, por el contrario, una forma de respeto. Porque sólo quien distingue bien puede responder bien. Sólo quien separa cuidadosamente comprensión, juicio, compasión, perdón y amor puede hacer justicia a la complejidad de las relaciones humanas. Pensar la empatía con rigor no es enfriarla, sino rescatarla de la confusión que la debilita. Allí donde una palabra moral se vuelve imprecisa, termina por servir tanto al cuidado como al engaño. Recuperar el concepto, entonces, es también una tarea ética.

Con esta convicción comienza este libro. No para enseñar una técnica relacional, ni para añadir una consigna más al vocabulario afectivo contemporáneo, sino para emprender una investigación más básica y más difícil: qué es realmente la empatía, por qué importa tanto, por qué se la confunde tanto y bajo qué condiciones

puede ocupar un lugar justo dentro de una vida orientada no sólo por la sensibilidad, sino también por la verdad.

0.1. La inflación contemporánea del término

No todas las palabras se desgastan del mismo modo. Algunas envejecen por desuso; otras, por abuso. La palabra “empatía” pertenece claramente al segundo grupo. No se ha debilitado porque haya desaparecido de la conversación, sino porque ha pasado a ocupar demasiados lugares a la vez. Se la invoca para pedir escucha, para exigir reconocimiento, para censurar dureza, para legitimar una emoción, para desautorizar una crítica, para recomendar delicadeza, para nombrar cuidado, para describir una capacidad psicológica y para atribuir valor moral a una determinada posición pública. En apariencia, esto podría parecer una señal de riqueza conceptual. En realidad, suele ser un síntoma de expansión imprecisa. Cuando una palabra empieza a servir para casi todo, comienza a significar cada vez menos con exactitud.

Esa expansión no es casual. Responde a una transformación cultural más profunda: el creciente protagonismo de la subjetividad en la comprensión contemporánea de la vida humana. En muchas esferas, lo vivido, lo sentido, lo experimentado en primera persona ha adquirido un peso moral y discursivo que antes no tenía en la misma medida. Esta transformación ha tenido efectos valiosos. Ha permitido reconocer sufrimientos antes ignorados, visibilizar formas de violencia normalizadas, dignificar experiencias que durante mucho tiempo fueron tratadas con desprecio o con frialdad burocrática. Ha corregido, en parte, una tradición excesivamente rígida, demasiado inclinada a juzgar desde fuera sin escuchar suficientemente desde dentro.

Pero toda corrección histórica lleva consigo nuevos riesgos. Cuando la subjetividad gana centralidad, puede ocurrir que el lenguaje destinado a reconocerla se ensanche sin suficiente disciplina. Entonces, términos que en principio cumplen una función precisa empiezan a volverse recipientes difusos de demandas afectivas, morales y políticas muy heterogéneas. "Empatía" se convierte así en una palabra de alta circulación y bajo control. Su prestigio crece al mismo tiempo que decrece su delimitación. Se la usa porque suena humanamente correcta, no porque se haya pensado con claridad qué implica en cada contexto.

A esta expansión indiscriminada puede llamársele con propiedad **inflación conceptual**. Inflación significa aquí algo semejante a lo que ocurre en el orden económico cuando una moneda circula más y vale menos. La palabra sigue funcionando, pero pierde poder discriminativo. Ya no distingue con nitidez. Ya no selecciona una realidad con precisión suficiente. Se vuelve retóricamente eficaz y filosóficamente blanda. Una noción inflacionada no es una noción inútil, pero sí una noción expuesta a la ambigüedad permanente. Puede ser usada casi por cualquiera para fines muy distintos, precisamente porque su contorno se ha debilitado.

En el caso de la empatía, esta inflación se reconoce fácilmente. Se llama empatía a conmoverse ante el sufrimiento ajeno, pero también a entender la perspectiva de otro aunque no produzca ninguna emoción intensa. Se llama empatía a consolar, pero también a escuchar en silencio. Se llama empatía a coincidir con alguien, pero también a abstenerse de corregirlo. Se llama empatía a no interrumpir, a ser amable, a ceder, a validar, a no juzgar, a cuidar, a aceptar la diferencia, a ser políticamente sensible, a ser moralmente decente, a ser psicológicamente maduro. El resultado de esta

proliferación es que el término empieza a cubrir fenómenos tan distintos que deja de quedar claro qué lo define en sentido estricto.

No se trata sólo de una molestia terminológica. La inflación del término tiene consecuencias prácticas. Allí donde una palabra moralmente prestigiosa pierde precisión, se vuelve fácil usarla de manera estratégica. En lugar de ayudar a clarificar una relación, un conflicto o una responsabilidad, puede empezar a funcionar como instrumento de presión simbólica. Alguien no dice ya: “quisiera que intentaras comprender cómo viví esto”, sino “te falta empatía”, con lo cual desplaza la atención desde el contenido discutible de una situación hacia la supuesta deficiencia moral del interlocutor. La palabra deja entonces de describir una capacidad o una necesidad humana concreta y empieza a operar como acusación envolvente. No aclara el problema; lo moraliza de forma prematura.

La inflación favorece además una transferencia silenciosa entre planos que deberían distinguirse. Porque una vez que “empatía” queda asociada al bien moral en general, cualquier desacuerdo puede presentarse como falta de empatía, cualquier objeción como dureza, cualquier análisis crítico como incapacidad de comprender. La palabra adquiere así un poder de inhibición sobre el juicio. No porque todo uso del término sea manipulador, sino porque su vaguedad prestigiosa permite muchas veces confundir comprensión con asentimiento, escucha con renuncia, reconocimiento con inmunidad crítica. Una palabra inflacionada no sólo dice demasiado; también impide decir con precisión cosas diferentes.

Hay otro elemento importante en esta inflación: la estetización moral de la sensibilidad. En ciertos contextos contemporáneos, parecer empático se ha vuelto una forma de capital simbólico. La

empatía no funciona sólo como facultad real, sino también como signo visible de refinamiento ético. Mostrar empatía, declararla, exhibirla verbalmente o reclamarla puede conferir una imagen de profundidad humana y superioridad moral. Como ocurre con otros conceptos prestigiosos, parte de su circulación depende menos de su ejercicio efectivo que de su valor performativo. Nombrarla produce reputación. Pero allí donde un término empieza a ser valioso también por su rendimiento social, el riesgo de uso superficial aumenta. Se multiplica entonces una empatía declarativa, verbal, reputacional, más interesada en parecer sensible que en comprender realmente.

Esa versión declarativa tiene un rasgo característico: se mueve mejor en el plano del discurso que en el de la exigencia concreta. Es relativamente fácil afirmar que uno valora la empatía. Es mucho más difícil escuchar sin proyectarse, reconocer dolor sin perder criterio, comprender una herida sin convertirla en tribunal absoluto, acompañar sin someterse, corregir sin cosificar. La inflación del término oculta a veces esta dificultad real. Presenta la empatía como una disposición inmediatamente accesible y moralmente transparente, cuando en verdad su ejercicio alto requiere una combinación rara de apertura, inteligencia, disciplina emocional y fortaleza interior.

Cuanto más inflacionada está una palabra, más tiende además a volverse sentimentalmente irresistible. Cuestionarla parece sospechoso. Pedir precisión parece frialdad. Introducir distinciones parece complicar innecesariamente algo que supuestamente todos “sabemos” reconocer. Pero ésta es precisamente la señal de alarma intelectual. Cuando una noción se vuelve demasiado reverenciada para ser analizada, ya no está fortalecida, sino debilitada. La

claridad conceptual no rebaja el valor de una experiencia humana; la protege contra su deformación. Exigir rigor con respecto a la empatía no significa despreciarla, sino negarse a que quede capturada por el sentimentalismo, por la pereza mental o por la manipulación moral.

La inflación del término responde también a una demanda cultural más amplia: la necesidad de un lenguaje capaz de mediar entre individualidad y convivencia. En sociedades más fragmentadas, más psicologizadas y más expuestas a conflictos de reconocimiento, la empatía aparece como una palabra-puente. Promete conectar mundos subjetivos distintos. Promete suavizar la dureza del juicio. Promete hacer habitable la diferencia. Esta promesa explica parte de su éxito. Pero precisamente porque carga con tantas esperanzas, la palabra queda sometida a una sobreexigencia que la deforma. Se espera de ella no sólo que ayude a comprender, sino que repare, pacifique, legitime, cure y absuelva. El concepto comienza entonces a actuar como un sucedáneo de otras capacidades morales e intelectuales que en realidad no puede reemplazar.

Éste es un punto decisivo. La empatía puede ser una mediación importante entre sujetos, pero no puede asumir por sí sola las funciones de la justicia, la verdad, la prudencia o el amor. Si se la obliga a hacerlo, se la condena a la confusión. Se le pide más de lo que puede dar, y luego se la usa para fines para los que no fue pensada. Una palabra inflacionada no sólo nombra mal: también distribuye mal las tareas humanas. Allí donde debería hablarse de discernimiento, se habla de empatía. Allí donde haría falta responsabilidad, se apela a la empatía. Allí donde se requiere valentía para corregir, se invoca la empatía como límite. Allí donde

convendría distinguir entre emoción legítima e interpretación errónea, se habla vagamente de empatía como si ello resolviera la tensión.

Frente a este panorama, el primer trabajo serio consiste en desinflar el término sin vaciarlo. Desinflarlo no significa rebajarlo, sino devolverle su contorno. Significa impedir que su prestigio le permita colonizar terrenos que no le pertenecen. Significa restituirle una función definida dentro de una arquitectura más amplia de la vida moral. Sólo así la empatía podrá recuperar fuerza real. Porque una palabra vale más no cuando lo cubre todo, sino cuando ilumina con precisión aquello que efectivamente le corresponde nombrar.

Desinflar la empatía implica, ante todo, aceptar que no toda apelación a ella es conceptualmente limpia. A veces se reclama empatía cuando en realidad se reclama acuerdo. A veces cuando se reclama absolución. A veces cuando se reclama sumisión emocional. A veces cuando se quiere evitar un juicio incómodo. A veces cuando se busca simplemente un trato humano y justo. Sólo una teoría rigurosa puede separar esos casos. Mientras esa distinción no se haga, la palabra seguirá oscilando entre nobleza genuina y uso abusivo.

Por eso, la inflación contemporánea del término no debe entenderse sólo como un problema lingüístico, sino como un síntoma moral y cultural. Muestra, por un lado, una legítima sensibilidad hacia la interioridad ajena. Pero muestra, por otro, una dificultad creciente para ordenar conceptualmente esa sensibilidad. La época desea comprender más, pero no siempre sabe qué significa comprender. Desea reconocer el sufrimiento, pero a veces lo convierte en fuente automática de verdad. Desea humanizar el juicio, pero con frecuencia termina sospechando del juicio mismo. En ese contexto,

la empatía se vuelve una palabra central precisamente porque concentra las aspiraciones y las confusiones de nuestro tiempo.

Pensarla con rigor exige comenzar por aquí: por reconocer que su ubicuidad no prueba su claridad, y que su prestigio no garantiza su buen uso. Una palabra tan expandida necesita ser delimitada con más severidad, no con menos. De lo contrario, cuanto más presente esté en nuestras conversaciones, menos capaz será de orientarlas. Y un término que ya no orienta, aunque conmueva, deja de ser intelectualmente fecundo.

La tarea siguiente será, por tanto, entrar en el mecanismo mismo de esa confusión y mostrar por qué la empatía suele usarse mal. Sólo entonces podremos empezar a reconstruir el concepto con la precisión que merece.

0.2. Por qué “empatía” suele usarse mal

La empatía suele usarse mal porque nombra una experiencia real, valiosa y necesaria, pero conceptualmente inestable. No es una ficción, ni una palabra vacía, ni una moda enteramente artificial. Remite a algo verdadero en la condición humana: la posibilidad de acceder, de algún modo, a la experiencia de otro, de comprender su perspectiva o de resonar con su estado interior. Precisamente porque toca una necesidad profunda de la vida común, la palabra adquiere fuerza. Pero justamente ahí aparece el problema: cuanto más importante es la realidad que intenta nombrar, más fácilmente se ve rodeada de demandas, proyecciones, exageraciones y desplazamientos semánticos. La empatía no suele usarse mal porque sea irrelevante, sino porque importa demasiado y, por ello, demasiadas cosas quieren hablar con su voz.

La primera razón de su mal uso es que la empatía ocupa un punto de cruce entre varios órdenes distintos de la experiencia humana. Tiene una dimensión cognitiva, porque implica comprender algo del punto de vista ajeno. Tiene una dimensión afectiva, porque puede incluir una cierta resonancia emocional. Tiene una dimensión relacional, porque modifica el modo en que nos situamos frente al otro. Y tiene consecuencias morales, porque puede influir en cómo respondemos al sufrimiento, al conflicto o a la fragilidad ajena. El problema es que de esta complejidad se extrae con facilidad una conclusión equivocada: como la empatía toca varios planos, se termina creyendo que los absorbe todos. Y así empieza la confusión. Se toma por empatía lo que a veces pertenece al cuidado, a la compasión, a la cortesía, a la validación, al perdón, al amor o incluso a la renuncia al juicio.

Una segunda razón es que la palabra designa algo difícil de observar desde fuera con precisión. No siempre es sencillo saber si alguien está siendo verdaderamente empático o simplemente está imitando exteriormente ciertas conductas asociadas a la sensibilidad. Escuchar en silencio no basta para probar empatía. Hablar con tono suave tampoco. Confirmar una emoción no siempre implica haber comprendido una perspectiva. Y disentir no demuestra por sí mismo falta de empatía. Como el fenómeno interior es complejo y su expresión externa puede adoptar formas muy diversas, el término queda expuesto a un uso impresionista. Se llama empatía a aquello que “parece” sensible según el código emocional del entorno, aunque en realidad el contenido comprensivo de la relación sea pobre o incluso inexistente.

A esto se suma un problema decisivo: la empatía está especialmente expuesta a la **proyección**. Y la proyección es una de

las fuentes más profundas de error humano. Con mucha facilidad creemos comprender al otro cuando en realidad estamos trasladando sobre él nuestros propios esquemas, recuerdos, heridas o expectativas. Decimos “sé exactamente cómo te sientes” no porque hayamos accedido con humildad a la singularidad de su experiencia, sino porque encontramos en ella una superficie donde reflejar la nuestra. En lugar de atravesar la distancia que nos separa del otro, la anulamos imaginariamente. Pero una comprensión que borra la diferencia ya no es comprensión verdadera. La empatía se usa mal, entonces, cuando se confunde con identificación total, cuando deja de ser acceso a una experiencia ajena y se convierte en colonización silenciosa del otro por parte del yo.

Esta tendencia a la proyección se intensifica porque la experiencia ajena no se nos da nunca de manera plena. No entramos literalmente en la conciencia del otro. No poseemos de forma transparente su interioridad. Siempre comprendemos a través de signos, expresiones, palabras, silencios, gestos, contextos, historias y analogías parciales. En consecuencia, toda empatía auténtica debería contener una dosis de modestia epistemológica. Debería saber que comprende sólo en parte, que accede de manera indirecta e incompleta, que puede equivocarse. Sin embargo, en el uso cotidiano la palabra suele ir unida a una confianza excesiva. Se habla como si comprender al otro fuese un acto inmediato, claro y casi autosuficiente. Esta seguridad facilita el error. La empatía empieza a usarse mal en el momento en que pierde conciencia de sus propios límites.

Hay además una razón afectiva importante. La empatía suele usarse mal porque se la asocia espontáneamente con el alivio del conflicto. Pareciera que ser empático consistiera, en el fondo, en reducir

tensiones, suavizar fricciones, evitar el sufrimiento adicional y crear una atmósfera de reconocimiento mutuo. Algo de eso puede ocurrir, desde luego. Una escucha comprensiva puede desarmar hostilidades inútiles y devolver humanidad a un intercambio endurecido. Pero cuando esta función pacificadora se absolutiza, la palabra se vuelve rehén del miedo a la confrontación. Entonces se usa "empatía" para nombrar una incapacidad de decir no, de corregir, de poner límites, de señalar un error o de sostener una verdad incómoda. La sensibilidad queda así confundida con la debilidad, y la empatía con la evitación del conflicto.

Este punto merece especial atención, porque es una de las deformaciones más comunes y menos reconocidas. Muchas personas creen estar siendo empáticas cuando en realidad están cediendo por miedo. No soportan la incomodidad de contrariar a alguien herido, enojado o vulnerable, y traducen esa dificultad interior en una supuesta obligación moral de no cuestionar. Pero no toda renuncia a la confrontación es humanidad. A veces es simplemente falta de forma. La empatía se usa mal cuando se vuelve coartada de la cobardía afectiva. Comprender al otro puede hacer más delicada una corrección; no la vuelve innecesaria.

Una cuarta razón del mal uso es que la empatía ha quedado culturalmente asociada a una visión moral muy particular de la subjetividad. En muchos discursos contemporáneos, la experiencia vivida se convierte con rapidez en criterio normativo. Se pasa del hecho de que alguien sienta algo intensamente a la conclusión de que ese sentir posee una especie de autoridad incuestionable. En ese contexto, "empatizar" ya no significa simplemente comprender una vivencia, sino reconocerle de manera tácita una superioridad moral. La emoción aparece así investida de una fuerza casi

soberana. Criticar la interpretación de alguien parece ofender su sufrimiento. Preguntar por los hechos parece desconocer su herida. La empatía se vuelve entonces un puente ilegítimo entre subjetividad y verdad: se usa para trasladar sin examen el peso real de una experiencia al plano, muy distinto, de la validez de un juicio.

Éste es uno de los mecanismos más frecuentes del mal uso contemporáneo del término. La secuencia suele ser silenciosa, pero eficaz. Primero, alguien comunica un dolor o una herida. Después, ese dolor reclama reconocimiento. Hasta ahí, el movimiento puede ser plenamente legítimo. Pero luego aparece un paso adicional: del reconocimiento del dolor se salta a la confirmación de la interpretación, y de la confirmación de la interpretación se pasa a la suspensión de la crítica. La empatía ya no nombra una apertura a la experiencia ajena, sino una obligación de asentimiento. En ese momento, la palabra queda conceptualmente corrompida. No porque el sufrimiento no merezca atención, sino porque se le atribuye una función que no le corresponde: decidir por sí solo qué es verdadero, qué es justo o qué debe dejar de ser cuestionado.

El mal uso del término se ve favorecido, además, por una cierta pereza intelectual en el análisis de la vida emocional. Distinguir con precisión entre vivencia, interpretación, conducta, responsabilidad y juicio exige un trabajo fino. Requiere escuchar con cuidado, pensar con lentitud y no dejarse arrastrar por la inmediatez de la reacción afectiva. Pero la vida ordinaria rara vez favorece ese esfuerzo. Es más fácil responder de manera global y rápida: “entiendo”, “te creo”, “te apoyo”, “te faltaron al respeto”, “te mereces que te comprendan”. Estas respuestas pueden tener un valor humano inicial, pero si no se afinan, terminan fusionando planos que convendría mantener

diferenciados. La empatía se usa mal porque a menudo se la invoca en lugar de pensar con más exactitud lo que está ocurriendo.

A esta pereza se suma otra dificultad: la presión social de parecer sensible. En muchos entornos, el costo reputacional de introducir matices críticos frente al sufrimiento ajeno es alto. El sujeto teme ser visto como frío, insensible o moralmente torpe. Entonces prefiere una empatía verbalmente ostensible aunque intelectualmente imprecisa. Elige frases que suenen compasivas aunque no distingan nada. Esta dinámica social favorece un uso superficial del término. No se trata ya de comprender mejor al otro, sino de ubicarse del lado correcto del código emocional vigente. La empatía se convierte así, en parte, en una forma de autodefensa moral. Uno la declara no sólo por el otro, sino también por sí mismo: para proteger su imagen de humanidad.

Pero el mal uso no nace sólo de la debilidad o de la confusión. En ocasiones nace también de la instrumentalización consciente. La palabra “empatía” puede ser usada estratégicamente por quien quiere desplazar una discusión desde el terreno de los hechos o las razones hacia el terreno de la culpabilización afectiva. Cuando alguien advierte que su interpretación es discutible, puede reconfigurar el intercambio de este modo: ya no importa si lo que dice es exacto, sino si el otro está siendo suficientemente empático. Así, la atención se mueve desde el contenido del problema hacia la supuesta falla moral del interlocutor. La palabra deja de solicitar comprensión y empieza a exigir desarme. Se usa para desactivar el juicio del otro antes de que ese juicio se formule. La fuerza del término reside, en este caso, no en su claridad, sino en su capacidad de envolver moralmente la escena.

Esta instrumentalización sería imposible si la palabra no tuviera, además, una peculiar ventaja retórica: nadie quiere aparecer como carente de empatía. Pocas acusaciones producen una incomodidad tan inmediata. A diferencia de otras críticas, ésta no apunta sólo a un error puntual, sino a una supuesta falla en la estructura humana del sujeto. Decir “eres injusto” admite discusión. Decir “te falta empatía” sugiere una carencia casi antropológica, una deficiencia en la relación misma con la humanidad del otro. Por eso el término resulta tan eficaz cuando se usa de modo estratégico. Su prestigio moral lo vuelve una herramienta poderosa en manos de quien sabe explotar su ambigüedad.

Sin embargo, el mal uso más profundo de la empatía no está ni en la torpeza ni en la manipulación, sino en una comprensión insuficiente de su propia naturaleza. La empatía no es una emoción pura, pero tampoco es un juicio. No es un simple contagio afectivo, pero tampoco una inferencia fría. No consiste en sentir exactamente lo mismo que otro, pero tampoco en observarlo desde una distancia neutral. Se sitúa en un punto intermedio, delicado, difícil de mantener: un acercamiento a la experiencia ajena que debe conservar al mismo tiempo la diferencia entre uno mismo y el otro. Justamente porque su estructura es sutil, el término tiende a ser arrastrado hacia extremos más fáciles de imaginar. O se sentimentaliza y se convierte en fusión, o se intelectualiza y se vuelve mero cálculo de perspectivas, o se moraliza y se transforma en deber de confirmación. Se usa mal porque es más difícil habitar su forma propia que desviarla hacia simplificaciones conocidas.

La empatía también suele usarse mal porque muchas veces se confunde el acceso a la experiencia ajena con el derecho sobre ella. Hay una forma invasiva de pseudoempatía que no respeta la

opacidad parcial del otro. Cree que comprender equivale a descifrar totalmente, que escuchar equivale a saber, que captar una emoción equivale a poseer su verdad completa. De ahí nacen expresiones tan frecuentes como violentas en su fondo: “yo sé perfectamente lo que te pasa”, “ya entendí cómo eres”, “en realidad tú sientes esto por tal razón”. Aquí la empatía ha sido reemplazada por una mezcla de confianza excesiva y apropiación interpretativa. El otro deja de ser alguien a quien se intenta comprender y pasa a ser alguien explicado desde afuera con exceso de seguridad. La palabra se usa mal cuando sirve para clausurar la escucha en lugar de profundizarla.

En el extremo opuesto aparece otra deformación: la reducción de la empatía a mera resonancia emocional. Se supone entonces que quien siente intensamente el dolor del otro es necesariamente quien mejor lo comprende. Pero esto tampoco es cierto. A veces una fuerte agitación afectiva obstaculiza la comprensión real. El sujeto queda tan tomado por su propia reacción ante el sufrimiento ajeno que deja de atender a la singularidad de la experiencia que tiene delante. La emoción lo ocupa todo. Lo que parece máxima empatía puede ser, en realidad, un desplazamiento del centro desde el otro hacia la propia conmoción. También por esta vía la palabra se usa mal: al identificar profundidad comprensiva con intensidad sentimental.

Si se quiere resumir todo esto en una sola proposición, podría decirse así: la empatía suele usarse mal porque se la toma como una facultad simple cuando en realidad es una facultad compleja; porque se la idealiza moralmente cuando en realidad tiene límites y riesgos; y porque se la separa de las distinciones que deberían darle forma. Allí donde falta precisión, el término se expande; allí donde se expande sin control, se presta a confusiones; y allí donde se

presta a confusiones, termina siendo usado para nombrar cosas que no son él.

Por eso el trabajo filosófico indispensable no consiste en abandonar la palabra, sino en disciplinarla. Hay que devolverle su dificultad, su contorno y su exigencia. Hay que impedir que signifique a la vez comprensión, aprobación, validación, compasión, renuncia al juicio, amabilidad y absolución. Sólo así podrá recuperar densidad real. De lo contrario, seguirá siendo una de esas palabras que todos elogian y pocos entienden.

Comprender por qué la empatía suele usarse mal es, entonces, el primer paso para usarla bien. Y usarla bien exige algo más que buena intención: exige estructura conceptual, vigilancia sobre las propias proyecciones, firmeza para distinguir planos y valentía para sostener que comprender al otro no equivale a quedar intelectualmente sometido a su relato. Sólo desde ahí será posible avanzar hacia el problema central de esta obra: mostrar con precisión por qué comprensión y aprobación no son lo mismo, y por qué esa diferencia decide casi todo lo importante en una teoría seria de la empatía.

0.3. El problema central: comprensión no es aprobación

Si hubiera que señalar un solo punto a partir del cual se ordena toda teoría seria de la empatía, sería éste: **comprender no es aprobar**. Esta distinción parece simple, pero en realidad toca uno de los nudos más difíciles de la vida moral y relacional. Allí donde se borra, la empatía se vuelve confusa, sentimental o manipulable. Allí donde se mantiene con claridad, la empatía recupera su dignidad: deja de ser una forma de capitulación afectiva y se convierte en una modalidad más alta de inteligencia humana.

Conviene empezar por la diferencia elemental entre ambos verbos. Comprender significa captar el sentido que algo tiene para otro: ver cómo experimenta una situación, cómo interpreta una herida, cómo vive una pérdida, qué horizonte emocional o existencial se abre desde su lugar. Aprobar, en cambio, significa conceder validez a su juicio, a su interpretación o a su conducta. El primero pertenece al orden de la inteligibilidad; el segundo, al orden de la evaluación. El primero intenta entrar en una perspectiva; el segundo toma posición frente a ella. El primero pregunta: "¿cómo es esto para ti?". El segundo responde: "sí, tienes razón", o "sí, hiciste bien", o "sí, tu lectura de los hechos es correcta".

Que estos dos actos puedan coincidir en algunos casos no significa que sean idénticos. Puedo comprender a alguien y, después de comprenderlo, pensar que efectivamente tiene razón. Pero también puedo comprenderlo y pensar que está equivocado. La coincidencia posible no elimina la diferencia estructural. De hecho, la fuerza de la distinción se ve precisamente cuando ambas cosas se separan: cuando entiendo con bastante claridad por qué alguien siente lo que siente y, sin embargo, no comparto su conclusión o considero reprochable su conducta. Es ahí donde se decide la madurez de la empatía. Si sólo puedo comprender cuando ya coincido, entonces no he desarrollado una capacidad de apertura al otro, sino una forma refinada de afinidad selectiva.

Esta distinción es difícil de sostener porque la experiencia humana no se presenta dividida en compartimentos limpios. Cuando alguien sufre, su dolor nos interpela. No aparece primero como un mero dato neutral y luego como algo que evaluamos fríamente. El dolor ajeno nos alcanza de modo inmediato, y esa inmediatez tiende a producir un deslizamiento: del reconocimiento de la vivencia

pasamos con facilidad a la ratificación de la interpretación. El hecho de que una herida sea real nos inclina a pensar que también lo es, con igual fuerza, el relato que la acompaña. Pero ese paso no es necesario ni siempre legítimo. La experiencia puede ser auténtica y la interpretación, errónea. La emoción puede ser intensa y la conclusión, falsa. El sufrimiento puede ser indiscutible y, sin embargo, no decidir por sí mismo ni la verdad de los hechos ni la justicia de una reacción.

Ésta es la razón por la cual una teoría fuerte de la empatía debe introducir desde el principio una disciplina de planos. Hay que distinguir, al menos, entre la vivencia, la interpretación y la acción. La vivencia responde a la pregunta por lo que alguien experimenta interiormente. La interpretación responde a la pregunta por cómo explica o lee lo ocurrido. La acción responde a la pregunta por lo que hace a partir de esa experiencia y de esa interpretación. Estos tres planos pueden influirse entre sí, pero no se identifican. Y precisamente porque no se identifican, cada uno requiere un tipo distinto de respuesta.

La empatía se dirige primariamente a la vivencia. Intenta comprender cómo aparece el mundo para el otro desde su situación concreta. No se ocupa primero de la corrección lógica de sus juicios ni de la legitimidad moral de sus actos, aunque después pueda relacionarse con ellas. Por eso una respuesta genuinamente empática puede decir: “veo que esto te dolió profundamente”, “entiendo por qué te sentiste expuesto”, “puedo comprender la vergüenza que experimentaste”, incluso cuando el que escucha no comparta la interpretación que el otro hace de los hechos o no apruebe la conducta que siguió a esa herida.

Esta posibilidad es decisiva. Porque si la empatía exigiera aprobación, entonces sólo sería posible entre semejantes, entre aliados, entre quienes ya coinciden en el fondo. Quedaría anulada precisamente allí donde más falta hace: en el conflicto, en el desacuerdo, en la culpa, en la distancia, en la fractura. Sería una facultad cómoda, no una facultad alta. Serviría para reforzar afinidades, no para humanizar tensiones. Pero una empatía digna del nombre debe poder ejercerse incluso —y sobre todo— cuando el otro se equivoca, cuando su juicio me parece deficiente o cuando su conducta reclama corrección. De lo contrario, lo que llamamos empatía no es más que una aprobación emocionalmente suavizada.

El problema se vuelve más delicado porque, en muchos contextos contemporáneos, la apelación a la empatía funciona como una demanda implícita de absolución. No siempre se dice de manera abierta. Rara vez alguien formula sin rodeos: “si entiendes mi dolor, debes concederme la razón”. Sin embargo, esa exigencia aparece con frecuencia bajo formas más sutiles. Se espera que la comprensión suspenda el juicio, que el reconocimiento de la herida atenúe toda crítica o que la cercanía afectiva vuelva moralmente improcedente cualquier objeción. Entonces la empatía deja de ser una apertura a la experiencia ajena y se convierte en una barrera protectora levantada alrededor del yo herido. Ya no se la invoca para ser comprendido, sino para no ser contradicho.

Esta deformación tiene una raíz profunda. El sufrimiento posee una autoridad humana real. Nos obliga a atender. Nos impide tratar al otro como si fuera un caso abstracto. Nos recuerda que detrás de las ideas, los argumentos y las conductas hay vidas vividas, historias encarnadas, vulnerabilidades concretas. En este sentido, la presencia del dolor corrige la tendencia a juzgar mecánicamente.

Pero una corrección no es una anulación. El sufrimiento humaniza el juicio; no lo vuelve superfluo. Quien sufre merece comprensión. No por eso queda automáticamente exento de error. Quien ha sido herido merece escucha. No por eso toda lectura que haga de los hechos queda elevada a verdad indiscutible. Quien está desbordado merece consideración. No por eso toda acción realizada en ese estado se vuelve justa.

La dificultad está en que la cultura afectiva contemporánea tiende a moralizar esta escena de un modo simplificador. El sujeto herido aparece con frecuencia investido de una forma de autoridad casi soberana. Su dolor parece conferirle una posición privilegiada desde la cual toda crítica resulta sospechosa. Si alguien introduce una objeción, se dice que no está siendo empático. Si distingue entre emoción e interpretación, se le acusa de minimizar la vivencia. Si intenta pensar la responsabilidad de una acción, se le imputa dureza. Así, la palabra “empatía” empieza a funcionar como un dispositivo de protección frente al juicio. Pero en ese uso el término ha sido desviado de su sentido propio. Comprender una experiencia no obliga a convalidar todo lo que se construye sobre ella.

La prueba más clara de esta diferencia aparece en los casos moralmente difíciles. Consideremos a alguien que, movido por una humillación real, responde con violencia injusta. Una respuesta moralmente adulta debe poder hacer dos cosas a la vez: comprender la herida y condenar la violencia. Si una de las dos dimensiones desaparece, la respuesta se vuelve deficiente. Si sólo condena, corre el riesgo de deshumanizar y de ignorar el proceso interior que condujo al acto. Si sólo comprende, corre el riesgo de disolver la responsabilidad en una cadena de explicaciones compasivas. La madurez consiste en sostener ambas cosas

simultáneamente: **entiendo cómo llegaste hasta ahí; no por eso creo que debieras haber llegado hasta ahí**.

Esta fórmula, en apariencia modesta, encierra una gran dificultad espiritual e intelectual. Requiere resistirse a dos tentaciones opuestas. La primera es la tentación de la dureza abstracta: juzgar de inmediato, desde fuera, sin dejar que la singularidad de la experiencia ajena modifique la forma del juicio. La segunda es la tentación del sentimentalismo: dejar que la cercanía a la herida suprima la distancia crítica necesaria para evaluar. La empatía bien entendida no elige una de esas tentaciones contra la otra. Las atraviesa a ambas. Comprende sin abdicar. Juzga sin cosificar. Ésa es su forma más alta.

Por eso conviene insistir en una diferencia adicional: comprender no significa justificar. La justificación pertenece al orden de la excusa, la exoneración o la atenuación. Busca responder a la pregunta por la aceptabilidad de un acto. La comprensión, en cambio, se orienta a captar cómo se produjo una experiencia o cómo se configuró una perspectiva. Puedo comprender el miedo que llevó a alguien a mentir sin por eso justificar la mentira. Puedo comprender la desesperación que condujo a una reacción desmedida sin por eso absolverla. Puedo comprender la necesidad afectiva que sostiene una dependencia sin por eso celebrarla como sana. Entender la génesis de una conducta no es lo mismo que legitimar su resultado.

Este punto es decisivo porque muchos errores morales proceden precisamente de una mala relación entre causalidad y responsabilidad. Cuanto mejor entendemos las causas de un acto, más compleja se vuelve nuestra evaluación, pero complejidad no significa desaparición del juicio. Si así fuera, cuanto más comprendiéramos a alguien, menos podríamos responsabilizarlo. Y

eso introduciría una paradoja destructiva: el esfuerzo de humanizar el juicio acabaría anulando la posibilidad misma de juzgar. Una vida moral seria no puede aceptar esa conclusión. El conocimiento de las circunstancias debe volver el juicio más fino, no inexistente.

Ahora bien, para sostener esta distinción hace falta una concepción exigente de la verdad. No una verdad fría o desencarnada, sino una verdad capaz de convivir con la interioridad ajena sin disolverse en ella. Cuando se afirma que comprender no es aprobar, se está diciendo también que la verdad no se decide por la intensidad subjetiva de una vivencia. Una persona puede sentirse devastada y, sin embargo, estar leyendo mal una situación. Puede sentirse traicionada y no haber sido objetivamente traicionada. Puede sentirse ignorada cuando en realidad el otro actuó desde otra lógica no hostil. Puede sentirse inocente y no serlo. Reconocer estas posibilidades no equivale a despreciar la experiencia. Equivale a no confundir niveles distintos de realidad. La herida existe; la explicación de la herida puede errar.

Aquí emerge una de las tareas más delicadas de toda relación humana madura: **separar la verdad de una vivencia de la verdad sobre los hechos**. La primera remite a que alguien realmente siente, padece o experimenta algo. La segunda remite a si lo que afirma sobre lo ocurrido corresponde o no a la realidad. Ambas verdades pueden coincidir, pero no necesariamente. Y sólo quien distingue entre ellas puede responder con verdadera justicia. Porque responder bien no es elegir entre “te creo en todo” y “no te creo en nada”, sino saber reconocer la realidad de la experiencia sin entregar automáticamente el juicio sobre su interpretación.

Esta capacidad de separación no suele ser bien tolerada en contextos altamente emocionalizados. Se percibe con frecuencia

como frialdad, como exceso de análisis o como falta de solidaridad. Sin embargo, es una forma superior de respeto. El respeto genuino no consiste en confirmar al otro en todo lo que afirma, sino en tomarlo suficientemente en serio como para responderle con humanidad y verdad. Tratar a alguien como sujeto moral no implica evitar toda disonancia; implica también confiar en que puede soportar una respuesta no servil. La pseudoempatía, en cambio, muchas veces infantiliza. Cree que cuidar es no contrariar, que comprender es no corregir, que acompañar es no introducir ninguna forma de resistencia. Pero esa blandura, lejos de honrar al otro, lo deja preso de sí mismo.

La distinción entre comprensión y aprobación permite también aclarar algo muy importante acerca del conflicto. En muchas relaciones, el conflicto se vuelve destructivo no porque falte acuerdo, sino porque falta comprensión previa al desacuerdo. Dos personas pueden mantener posiciones incompatibles y, sin embargo, discutir de manera radicalmente distinta según se hayan o no reconocido mutuamente como sujetos de experiencia. Cuando ese reconocimiento falta, el desacuerdo se endurece rápidamente, porque cada parte percibe que no sólo se discute su idea, sino que se desconoce la humanidad de su posición vivida. La empatía bien entendida no elimina el desacuerdo, pero sí puede transformarlo. No produce necesariamente consenso; produce una forma menos bárbara de disenso.

Esto muestra de nuevo por qué comprender no es aprobar. Si lo fuera, no habría disenso empático, y sin embargo la experiencia humana conoce ese tipo de relación. Hay conversaciones en las que alguien puede decir con verdad: “Entiendo profundamente por qué piensas y sientes así, pero sigo creyendo que estás equivocado”.

Esta frase resume una de las máximas posibilidades de la madurez humana. No niega la alteridad. No absorbe al otro. No se somete. No desprecia. No se entrega a la ilusión de que toda diferencia debe resolverse en acuerdo. Simplemente sostiene a la vez comprensión y juicio. Es una forma exigente de respeto.

También en la educación, en la amistad y en el amor esta distinción es decisiva. Un educador que aprueba todo lo que comprende deja de educar. Un amigo que valida toda reacción por el solo hecho de haber entendido su origen deja de ser un amigo exigente y se convierte en un cómplice de la confusión. Alguien que ama y jamás contradice no necesariamente ama mejor; muchas veces ama peor, porque renuncia a la responsabilidad de querer el bien del otro por encima de la comodidad afectiva del momento. Comprender al ser amado no implica rendirse a cada una de sus percepciones, impulsos o heridas. A veces, precisamente porque se comprende, se corrige mejor.

Por eso debe decirse con firmeza: una empatía incapaz de disentir no es una empatía más perfecta, sino una empatía incompleta. Ha conservado la cercanía, pero ha perdido la forma. Ha retenido la receptividad, pero ha abandonado el criterio. Se ha vuelto hospitalaria con la experiencia ajena, sí, pero a costa de la verdad y de la responsabilidad. Y una hospitalidad que exige la renuncia a la verdad termina dañando tanto al que escucha como al que habla.

La comprensión auténtica requiere, además, que el otro siga siendo otro. Si al comprenderlo lo absorbo en mi necesidad de coincidir, entonces ya no estoy permitiendo que su singularidad aparezca realmente. La aprobación prematura puede ser, paradójicamente, una forma de no escuchar del todo. A veces se concede razón demasiado pronto porque no se tolera la incertidumbre de la

alteridad, la incomodidad de no saber todavía, la tensión de tener que comprender más antes de decidir. Aprobar inmediatamente puede ser una manera de clausurar la complejidad. La empatía, en cambio, exige habitar un espacio intermedio: ni rechazo defensivo ni ratificación automática. Exige sostener una escucha que todavía no se ha convertido en juicio final.

En este sentido, comprender sin aprobar no es una limitación de la empatía, sino su prueba más alta. Indica que el yo ha logrado abrirse al otro sin dejar de existir como centro responsable de juicio. Ha sido tocado, pero no absorbido. Ha sido movido, pero no anulado. Ha permitido que la experiencia ajena modifique su mirada, pero no ha renunciado a la tarea de discernir. Ésta es la figura madura del descentramiento: salir de uno mismo sin perderse.

Si se quisiera condensar todo este apartado en una sola fórmula, habría que decir lo siguiente: **la empatía se refiere a la inteligibilidad del otro; la aprobación, a la validez de su posición**. La primera hace posible una relación más humana con la alteridad; la segunda pertenece al campo del juicio y puede o no seguirse de aquélla. Confundirlas es uno de los grandes errores afectivos y morales de nuestro tiempo. Distinguirlas es la condición para que la empatía deje de ser una consigna blanda y se convierta en una capacidad verdaderamente seria.

De aquí se sigue una consecuencia importante para todo el libro: cada vez que aparezca una apelación a la empatía, habrá que preguntarse con rigor qué se está pidiendo realmente. ¿Se está pidiendo que el otro intente comprender una experiencia? ¿O se está pidiendo que renuncie a examinar una interpretación? ¿Se está buscando reconocimiento humano? ¿O inmunidad frente a la crítica? ¿Se reclama escucha? ¿O asentimiento? Esta vigilancia

conceptual es imprescindible. Sin ella, el lenguaje de la empatía seguirá siendo una mezcla inestable de nobleza genuina y confusión moral.

Comprender no es aprobar. Ésta no es una objeción contra la empatía. Es la condición de su forma más noble. Sólo quien puede entender sin capitular ha aprendido de verdad a encontrarse con el otro.

0.4. Método, alcance y tesis del libro

Este libro no quiere añadir una opinión más al conjunto ya abundante de discursos sobre la empatía. Su propósito es más exigente y, en cierto sentido, más elemental: **reconstruir el concepto con suficiente rigor como para distinguir lo que en él hay de verdadero, de valioso, de limitado y de deformable**. No se trata, por tanto, de producir un elogio sentimental del término ni de redactar una objeción escéptica contra él. Se trata de pensarlo. Y pensarlo aquí significa someterlo a una disciplina de clarificación, de contraste, de análisis estructural y de crítica de sus usos contemporáneos.

Toda investigación seria comienza por fijar su método. En este caso, el método será principalmente **filosófico, analítico y fenomenológico**, aunque con atención constante a sus implicaciones psicológicas, éticas, educativas y culturales. Filosófico, porque la cuestión de la empatía remite al problema del otro, de la interioridad ajena, del conocimiento de la experiencia ajena, de la verdad práctica y del juicio moral. Analítico, porque será necesario distinguir niveles y conceptos que en el uso corriente aparecen mezclados: vivencia, interpretación, aprobación, validación, compasión, justificación, perdón, amor. Fenomenológico, porque no bastará con definir la empatía desde

fuera; habrá que examinar también cómo se da efectivamente la experiencia del otro, qué estructura tiene el intento de comprenderlo y qué límites internos acompañan toda aproximación a una conciencia que no es la propia.

Esta elección metodológica implica ya una toma de posición importante. La empatía no será tratada como simple técnica relacional ni como consigna emocional de buena convivencia. Tampoco será reducida a un dato psicológico aislado, medible sólo por sus manifestaciones conductuales. Será pensada como un fenómeno complejo situado en la intersección entre experiencia, conocimiento, relación y moralidad. Esto exige no quedarse ni en el nivel puramente descriptivo ni en el puramente normativo. Habrá que describir con precisión qué ocurre cuando alguien intenta comprender a otro; pero también habrá que evaluar qué valor tiene esa operación, qué no puede garantizar por sí sola y qué distorsiones introduce cuando se absolutiza.

El enfoque del libro será, por ello, doble. Por un lado, intentará **describir** la empatía en su estructura propia: qué significa comprender desde la perspectiva del otro, qué papel juegan la imaginación, la percepción, la resonancia afectiva y la diferenciación entre yo y tú, qué formas adopta la empatía y qué experiencias suele confundirse con ella. Por otro lado, intentará **juzgar** la función moral que se le atribuye en la cultura contemporánea: hasta qué punto es una facultad indispensable para la vida humana, hasta qué punto ha sido idealizada, en qué sentido puede ayudar a la justicia y en qué sentido puede desviarla, qué relación mantiene con el amor, la compasión, la verdad y la responsabilidad.

Este doble movimiento —descripción rigurosa y evaluación crítica— responde a una convicción central: no puede pensarse bien la empatía si se la aísla de la arquitectura más amplia de la vida humana. La empatía no es un absoluto autosuficiente. Tiene sentido dentro de una red de preguntas más fundamentales: qué significa reconocer al otro como sujeto; cómo se relacionan experiencia y verdad; qué lugar ocupa el sufrimiento en el juicio moral; cómo se articula la comprensión con la responsabilidad; de qué modo puede una conciencia salir de sí sin absorber ni deformar la alteridad que tiene delante. Sin ese marco, el término queda a merced de usos fragmentarios.

El alcance de este libro será amplio, pero no ilimitado. No pretende ofrecer una historia exhaustiva de todas las teorías filosóficas o psicológicas sobre la empatía, aunque sí dialogará con algunas líneas fundamentales cuando sea necesario para dar solidez conceptual al argumento. Tampoco quiere convertirse en manual clínico, tratado de psicoterapia ni recetario de habilidades sociales. Su centro no estará en la aplicación técnica inmediata, sino en la comprensión de fondo. Sin embargo, precisamente porque el análisis conceptual sólo se justifica plenamente cuando ilumina la experiencia concreta, el libro descenderá en varios momentos a ámbitos de la vida donde la empatía juega un papel decisivo: la amistad, la pareja, la familia, la educación, el cuidado, la clínica, la política y el conflicto público.

Esta amplitud exige una advertencia. El lector no encontrará aquí un tratamiento uniforme de todos los contextos, como si la empatía significara exactamente lo mismo en cada uno de ellos. Una parte del trabajo consistirá justamente en mostrar que el término se modifica según el marco en el que opera. No es idéntica la

comprensión que se espera de un amigo, de un padre, de un terapeuta, de un juez, de un adversario político o de un ciudadano ante el sufrimiento lejano. Hay un núcleo común, sí, pero también hay diferencias de función, de responsabilidad y de límite. Por eso el libro no asumirá una definición plana del concepto. Buscará más bien una definición suficientemente robusta como para conservar unidad sin borrar matices.

Hay otro límite importante que conviene enunciar desde el comienzo. Este libro no defenderá la ilusión de que el otro puede ser completamente transparente a mí. No partirá de una idea ingenua de acceso pleno a la interioridad ajena. Al contrario: una de sus convicciones básicas es que toda empatía auténtica incluye una conciencia de su propia parcialidad. Comprender al otro no significa poseerlo interiormente ni disolver la distancia que nos separa. Siempre hay un resto de opacidad, una singularidad irreductible, una zona que no termina de traducirse del todo a nuestra conciencia. Esta limitación no invalida la empatía; la vuelve humilde. Pero cualquier teoría que ignore este límite inicial corre el riesgo de deslizarse hacia la proyección, la apropiación o la fantasía de conocimiento total.

A la vez, el libro tampoco asumirá la posición contraria, según la cual el otro sería tan radicalmente inaccesible que toda comprensión significativa quedaría anulada de antemano. Si así fuera, la empatía sería una ilusión o una simple ficción útil. Esa conclusión tampoco parece sostenible. La experiencia humana muestra que, aunque nunca poseamos completamente la interioridad ajena, sí accedemos de algún modo a ella: comprendemos dolores, intuimos vergüenzas, reconocemos miedos, captamos humillaciones, advertimos desbordes, interpretamos silencios, leemos

expresiones y podemos situarnos, con mayor o menor precisión, en el horizonte de sentido del otro. El libro se moverá, por tanto, entre dos negaciones simétricas: negará la transparencia total y negará la inaccesibilidad absoluta. La empatía será pensada como **acceso real pero limitado**.

Este principio metodológico tiene consecuencias éticas decisivas. Si el acceso al otro es real, no podemos refugiarnos cómodamente en el egoísmo ni en la indiferencia. El dolor ajeno nos concierne, la vulnerabilidad del otro nos interpela y su condición de sujeto nos obliga a revisar la centralidad espontánea del yo. Pero si ese acceso es limitado, tampoco podemos absolutizar nuestras impresiones ni convertirlas en derecho sobre la interioridad ajena. No toda impresión empática es verdadera. No toda intuición sobre el otro acierta. No toda resonancia emocional entiende. Por eso, el método del libro exigirá un ejercicio constante de vigilancia contra la proyección y contra la exageración moral de la propia sensibilidad.

El recorrido argumental seguirá una lógica precisa. Comenzará por el diagnóstico de la confusión contemporánea: la inflación del término, sus usos imprecisos, el prestigio moral que lo rodea y la tendencia a identificar empatía con aprobación o renuncia al juicio. Después reconstruirá el núcleo conceptual del término: qué significa comprender al otro desde su perspectiva, qué estructura tiene ese acto, qué diferencia guarda con la fusión afectiva o con la simple inferencia intelectual. Más adelante, situará la empatía en el campo filosófico más amplio del problema del otro y de la alteridad. Luego procederá por contraste, distinguiéndola de conceptos vecinos con los que se mezcla constantemente. A continuación, someterá el término a crítica, mostrando sus límites cognitivos, sus sesgos morales, sus patologías y sus usos manipuladores.

Finalmente, propondrá una síntesis superior: una teoría de la empatía integrada con la verdad, la justicia, el amor y la responsabilidad.

El lector advertirá que esta progresión no es arbitraria. Responde a una necesidad interna del tema. No se puede defender la empatía sin haberla delimitado. No se la puede delimitar sin haber mostrado sus confusiones. No se pueden mostrar sus límites sin haber entendido antes su núcleo. No se la puede criticar con justicia sin haberle reconocido antes su valor. Y no se la puede ubicar bien en la vida moral sin contrastarla con otras facultades y virtudes humanas. El orden del libro intentará, por tanto, respetar el orden del problema.

La tesis general que guiará toda la obra puede formularse ya con claridad suficiente:

La empatía es una facultad compleja de comprensión de la experiencia ajena que posee gran valor humano y moral en cuanto descentra al sujeto y lo abre a la alteridad del otro, pero que ha sido culturalmente simplificada, moralmente idealizada y conceptualmente deformada; por ello sólo puede ser comprendida de manera adecuada cuando se la distingue con rigor de nociones vecinas como aprobación, validación, compasión, simpatía, piedad, justificación y amor, y cuando se la sitúa dentro de una teoría más amplia de la verdad, el juicio, la responsabilidad y la justicia.

Esta tesis contiene varias afirmaciones que el libro deberá demostrar.

La primera es que la empatía tiene valor. No es una ilusión decorativa ni una debilidad sentimental. Tiene valor porque rompe la prisión del

yo, obliga a reconocer la interioridad ajena y corrige la tendencia a tratar al otro como objeto, instrumento o simple función de nuestros intereses. Sin alguna forma de empatía, la vida moral se empobrece y la relación humana se endurece.

La segunda es que ese valor no la convierte en una virtud total ni autosuficiente. La empatía no basta para la justicia, porque puede ser parcial. No basta para la verdad, porque puede equivocarse sobre los hechos. No basta para el amor, porque comprender no equivale todavía a querer el bien del otro. No basta para la responsabilidad, porque entender una conducta no es absolverla. Por eso debe ser situada, no idolatrada.

La tercera es que buena parte de la confusión contemporánea surge de una simplificación decisiva: la identificación de empatía con aprobación o con validación total. Este error tiene consecuencias profundas. Hace creer que comprender obliga a asentir, que escuchar obliga a no corregir, que reconocer la herida vuelve improcedente la crítica. Frente a ello, el libro defenderá una tesis contraria y decisiva: **comprender no es aprobar**. Esta diferencia será el eje central de toda la investigación.

La cuarta es que la empatía necesita ser purificada por contraste. Sólo al distinguirla de la compasión, la simpatía, la piedad, la validación, la justificación y el amor aparecerá con suficiente nitidez lo que tiene de propio. Mientras estas diferencias no se tracen con cuidado, el término seguirá arrastrando una mezcla de fenómenos heterogéneos que lo vuelven inestable.

La quinta es que la empatía, precisamente por su valor y por su prestigio, puede ser deformada. Puede degradarse en sentimentalismo, en fusión emocional, en complacencia, en narcisismo, en miedo al conflicto o en instrumento de manipulación.

Una teoría seria no puede silenciar estas patologías, porque de lo contrario contribuiría ella misma a la idealización del término.

La sexta y última es que sólo una integración superior de empatía, verdad y responsabilidad puede devolver al concepto su dignidad más alta. El objetivo final del libro no será, por tanto, ni desactivar la empatía ni sacralizarla, sino **ubicarla correctamente**. Recuperarla como capacidad humana valiosa, pero no soberana; necesaria, pero no suficiente; noble, pero vulnerable a la deformación; decisiva para el reconocimiento del otro, pero incapaz de reemplazar por sí sola el juicio moral.

Todo esto determina también el tono del libro. No será un tono de complacencia. Tampoco de hostilidad. No se escribirá para adular sensibilidades ya establecidas ni para desmontarlas con cinismo. Se escribirá desde una exigencia doble: **claridad y honestidad**. Claridad, para separar niveles que el discurso corriente suele mezclar. Honestidad, para reconocer tanto lo que la empatía aporta como aquello que no puede garantizar. Sólo así será posible escapar a las dos tentaciones que hoy dominan el campo: la idolatría blanda del término y su reducción escéptica.

En último término, el método, el alcance y la tesis convergen en una misma convicción: la empatía merece ser pensada de nuevo porque en torno a ella se juega algo más que una palabra. Se juega una idea de lo humano. Se juega la posibilidad de reconocer al otro sin someternos a él, de escucharlo sin invadirlo, de comprenderlo sin absolverlo, de juzgarlo sin cosificarlo y de convivir con él sin reducir ni su interioridad ni nuestra responsabilidad. Si el libro logra esclarecer este punto, habrá justificado su existencia.

Con esto queda fijado el marco de la investigación. A partir de aquí, será necesario entrar ya en el problema mismo del término,

comenzando por aquello que suele darse por supuesto y, sin embargo, raramente se examina con rigor: qué se cree normalmente que es la empatía y por qué esa creencia resulta insuficiente.

CAPÍTULO 1.

LA CONFUSIÓN INICIAL: QUÉ SE SUELE CREER QUE ES LA EMPATÍA

1.1. Empatía como amabilidad

Una de las primeras y más extendidas degradaciones del concepto consiste en identificar la empatía con la amabilidad. En el uso corriente, ambas palabras suelen aproximarse hasta casi confundirse. Se dice de una persona que "tiene empatía" cuando habla con suavidad, cuando evita herir, cuando sabe escuchar sin interrumpir, cuando usa un tono considerado, cuando parece cálida, cuando ofrece respuestas emocionalmente cómodas o cuando se comporta con una cortesía especialmente cuidadosa. Nada de esto es despreciable. La amabilidad tiene valor humano. Hace más habitable la convivencia, disminuye asperezas innecesarias y crea una atmósfera relacional menos hostil. Pero precisamente porque la amabilidad posee un valor real, conviene decir con firmeza que **no es lo mismo que la empatía**.

La amabilidad pertenece, ante todo, al orden del trato. Se refiere a la forma en que nos dirigimos a otros, al modo en que modulamos nuestra presencia, a la cortesía o consideración con que intervenimos en una relación. Puede expresarse en gestos, palabras, tonos, silencios y maneras. Su materia propia no es la comprensión profunda de la interioridad ajena, sino la calidad formal del vínculo visible. Una persona amable es alguien que hace menos áspero el contacto humano. Una persona empática, en cambio, es alguien

que intenta comprender cómo se le da el mundo al otro desde su propia perspectiva. La primera regula principalmente la forma de la interacción; la segunda toca el acceso a la experiencia ajena.

Esta diferencia es importante porque muchas veces ambas cosas coinciden, y esa coincidencia favorece la confusión. Quien comprende mejor a otro suele tratarlo con más delicadeza. Y quien tiene una disposición amable puede estar más disponible para escuchar y reconocer lo que otro vive. Pero la coincidencia contingente no borra la diferencia conceptual. Puede haber amabilidad sin empatía, y puede haber empatía sin especial amabilidad exterior. Una persona puede comportarse con gran corrección, con exquisita cortesía e incluso con dulzura verbal, sin haber comprendido casi nada de la situación interior de quien tiene delante. Y, a la inversa, alguien puede comprender con gran precisión el dolor, la vergüenza o la confusión de otro y, sin embargo, expresarse de manera poco cálida, con formas secas o sin la envoltura afectiva que suele asociarse a la sensibilidad interpersonal.

Este punto debe ser pensado con cuidado, porque corrige una ilusión muy arraigada: la creencia de que la suavidad del trato prueba profundidad de comprensión. No es así. La amabilidad puede esconder una profunda superficialidad. Hay personas extraordinariamente correctas, socialmente hábiles, verbalmente gentiles, que saben no incomodar, que encuentran siempre frases educadas y tonos apacibles, pero cuya relación con la interioridad ajena permanece en un nivel muy pobre. Son personas que saben relacionarse sin fricción, pero no necesariamente saben comprender. A veces lo que dominan no es el acceso al otro, sino el código social de lo agradable. Confundir ese dominio con empatía

es uno de los primeros errores de la percepción moral contemporánea.

La causa de esta confusión no es difícil de entender. La amabilidad produce un efecto inmediato de alivio. Cuando alguien nos trata con consideración, sentimos que nuestra presencia no le resulta hostil ni indiferente. Esa experiencia de alivio puede interpretarse fácilmente como prueba de haber sido comprendidos. Pero el alivio relacional no garantiza comprensión. Alguien puede tratarnos con mucha corrección y, al mismo tiempo, malinterpretar lo esencial de nuestra experiencia. Puede ser atento en la forma y ciego en el fondo. La amabilidad genera confort; la empatía genera inteligibilidad. A veces van juntas, pero no deben ser identificadas.

También ocurre lo contrario: la falta de amabilidad visible puede hacernos concluir demasiado rápido que falta empatía. Éste es otro error. Hay personas poco hábiles en los códigos afectivos de la cortesía contemporánea que, sin embargo, comprenden con gran hondura a los demás. No saben envolver esa comprensión en un tono cálido o en una expresión socialmente tranquilizadora. Pueden parecer secas, torpes, poco suaves o incluso duras. Pero bajo esas formas puede haber una percepción aguda del otro, un reconocimiento serio de su situación y una capacidad real de situarse ante su experiencia sin trivializarla. Si reducimos la empatía a la estética del trato amable, terminamos identificando lo humano con lo agradable y la comprensión con la suavidad. Y esa identificación empobrece ambas cosas.

Hay, además, una diferencia más profunda entre empatía y amabilidad. La amabilidad no exige necesariamente descentramiento interior. Puede funcionar perfectamente como hábito social, como norma de urbanidad, como estrategia de

convivencia o incluso como recurso de autoprotección. Se puede ser amable por educación, por interés, por prudencia, por deseo de agradar o por miedo al conflicto. La empatía, en cambio, exige algo más arduo: salir, al menos parcialmente, de la centralidad espontánea del propio punto de vista para intentar comprender la experiencia ajena como experiencia ajena. Este movimiento no está contenido por sí mismo en la amabilidad. La amabilidad puede permanecer enteramente en la superficie regulada de la interacción; la empatía, cuando es auténtica, obliga a un trabajo interior más exigente.

Dicho de otra manera: la amabilidad puede no tocar en absoluto el problema de la alteridad. Puede limitarse a administrar con elegancia la convivencia. La empatía, en su sentido fuerte, no se contenta con administrar la relación; intenta comprender a quien está del otro lado de ella. Por eso una persona puede ser extraordinariamente amable y, sin embargo, profundamente egocéntrica. Su amabilidad puede consistir en una forma pulida de controlar el entorno, evitar fricciones, mantener una buena imagen o no complicarse con la verdad incómoda de la experiencia ajena. La amabilidad no garantiza apertura real al otro. Puede ser incluso una forma de neutralizarlo.

Aquí aparece una cuestión más delicada. La amabilidad, por su misma vocación de suavizar el trato, tiende a evitar la incomodidad. Y la empatía verdadera no siempre puede hacerlo. Comprender al otro puede llevar, precisamente, a sostener una conversación difícil, a decir una verdad que duele, a corregir una interpretación errónea o a mantener un límite que no resultará agradable. Si el criterio supremo fuera la amabilidad, muchas formas de respuesta moralmente necesarias quedarían excluidas. Pero una empatía seria

no está subordinada a la agradabilidad. Puede hablar con respeto y, sin embargo, introducir una negación, una corrección o una distancia. Puede reconocer el sufrimiento del otro y a la vez señalar que se equivoca. Puede tratar con humanidad sin convertir esa humanidad en una renuncia al criterio.

Este punto es central, porque muestra que la amabilidad puede entrar en tensión con la empatía cuando se absolutiza. Si alguien cree que ser empático consiste ante todo en no incomodar, acabará llamando empatía a una forma de complacencia. Evitará corregir para no parecer duro. Evitará disentir para no parecer insensible. Evitará poner límites para no romper el clima de delicadeza. Pero esa evitación no prueba profundidad humana. A veces prueba simplemente temor a la fricción. La amabilidad elevada a criterio supremo puede convertirse en una forma sutil de irresponsabilidad. Y una empatía confundida con ella se vacía de su fuerza moral.

La diferencia puede formularse así: **la amabilidad modula el modo de estar con el otro; la empatía intenta comprender cómo es ser ese otro en una situación determinada**. La primera se mueve principalmente en el nivel del trato visible; la segunda, en el nivel del acceso a la experiencia. La primera puede darse sin especial densidad interior; la segunda exige una operación más profunda de atención y descentramiento. La primera busca, con frecuencia, hacer la relación más liviana; la segunda a veces obliga a entrar en zonas más densas, dolorosas o conflictivas de la realidad ajena.

Hay incluso un riesgo específico en las culturas que valoran altamente la cordialidad expresiva: empezar a medir la calidad moral de las personas por sus modales emocionales más que por su relación real con la verdad del otro. En esos contextos, quien sabe hablar con tono correcto, usar el vocabulario adecuado de la

sensibilidad y evitar toda aspereza puede parecer inmediatamente empático, mientras que quien introduce matices, objeciones o verdades difíciles corre el riesgo de parecer carente de empatía aunque comprenda mucho mejor lo que está en juego. El resultado es una moralización de la forma sobre el fondo. Se premia el tacto visible más que la comprensión verdadera. Y entonces la empatía queda subordinada a una estética del trato.

No se trata, por supuesto, de despreciar la amabilidad. Sería una torpeza concluir de lo dicho que da lo mismo tratar bien o mal a los demás. La amabilidad es un bien real. Humaniza los intercambios cotidianos, previene crueldades innecesarias y hace posible una convivencia menos brutal. Pero precisamente porque tiene su dignidad propia, conviene no cargarla con una función que no le pertenece. La amabilidad no debe fingir ser empatía, ni la empatía debe reducirse a amabilidad. La primera puede acompañar a la segunda, facilitarla o expresarla; no la agota.

Hay momentos, además, en que la auténtica empatía puede requerir una forma de trato que no sea inmediatamente amable en el sentido blando del término, aunque sí profundamente respetuosa. Decir a alguien: “entiendo tu dolor, pero no puedo seguir aprobando esta forma en que te destruyes” quizá no produzca alivio inmediato. Incluso puede resultar duro. Pero puede ser una respuesta mucho más empática que una frase suave y tranquilizadora que confirme al otro en su confusión. La amabilidad protege el clima; la empatía, cuando se une a la verdad, protege a veces algo más importante que el clima: la posibilidad de no abandonar al otro dentro de su propio error.

La confusión entre empatía y amabilidad dice mucho sobre nuestro tiempo. Muestra hasta qué punto tendemos a identificar lo

moralmente bueno con lo emocionalmente cómodo, y la comprensión con la ausencia de perturbación. Pero las relaciones humanas más hondas no pueden sostenerse sobre ese principio. Comprender de verdad a otro puede exigir acompañarlo en zonas desagradables, no tranquilizarlo demasiado pronto, no envolver de dulzura lo que reclama claridad, y no cambiar el peso de una verdad por la ligereza de un tono. La amabilidad puede ayudar a que esa verdad sea habitable; no puede sustituirla.

Por eso, el primer paso para salir de la confusión inicial consiste en separar con limpieza estas dos realidades. La amabilidad es una virtud del trato; la empatía, una facultad de comprensión de la experiencia ajena. La primera puede existir como forma social sin gran hondura interior. La segunda puede existir con formas exteriores imperfectas. La primera tiende a suavizar. La segunda tiende a comprender. La primera se ocupa del cómo nos dirigimos. La segunda, del cuánto logramos entrar en la perspectiva del otro sin dejar de reconocer que sigue siendo otro.

Cuando se olvida esta diferencia, la empatía se vuelve una palabra demasiado fácil. Basta con parecer cálido, evitar asperezas y usar un lenguaje cuidadoso para recibir su nombre. Pero una teoría seria no puede permitirse esa facilidad. Debe reservar la palabra para algo más exigente. No para la simple gentileza de la convivencia, sino para el difícil acto de reconocer al otro como sujeto de experiencia y esforzarse por comprenderlo. Sólo entonces la empatía empieza a recuperar su verdadero espesor.

1.2. Empatía como dar la razón

Si la confusión entre empatía y amabilidad es una de las más frecuentes en el uso cotidiano, la confusión entre empatía y dar la razón es, probablemente, la más decisiva desde el punto de vista

intelectual y moral. Aquí no se trata ya sólo de una superficialidad del trato, sino de un error en la arquitectura misma del juicio. Muchas personas usan la palabra “empatía” como si nombrara la obligación de coincidir con el otro, de confirmar su lectura de los hechos o de abstenerse de cuestionar aquello que dice desde su herida. En esta deformación, la empatía deja de ser una capacidad de comprensión y se convierte en una exigencia de asentimiento. Éste es, quizá, el corazón del problema contemporáneo.

Conviene formular la diferencia con toda severidad. Dar la razón significa reconocer que el otro juzga correctamente, interpreta bien una situación o concluye de manera válida. Pertenece, por tanto, al orden de la validez, de la evaluación o del asentimiento racional y moral. La empatía, en cambio, pertenece primariamente al orden de la comprensión. Su pregunta no es primero si el otro tiene razón, sino cómo vive lo que vive, qué significa para él una situación, desde qué herida, expectativa, temor o horizonte interpreta lo que interpreta. La empatía intenta hacer inteligible una experiencia. Dar la razón consiste en declarar correcta una posición. Ambos actos pueden coincidir, pero no son idénticos ni se implican mutuamente.

Esta diferencia parece elemental y, sin embargo, cuesta sostenerla en la vida real. Cuesta porque el sufrimiento, la vulnerabilidad o la intensidad emocional del otro producen una presión afectiva muy fuerte sobre nuestra disposición a juzgar. Cuando alguien se presenta herido, humillado, ofendido o desbordado, no comparece simplemente como una tesis que podamos examinar con frialdad. Comparece como una realidad vivida que nos interpela humanamente. Y esa interpelación puede generar un desplazamiento silencioso: del reconocimiento de la herida pasamos a la ratificación de la interpretación, y de la ratificación de

la interpretación pasamos a la suspensión del juicio crítico. Es precisamente en ese deslizamiento donde la empatía se convierte en otra cosa.

Hay que insistir: que una vivencia sea real no demuestra por sí mismo que su explicación sea verdadera. Alguien puede sentirse profundamente ignorado y no haber sido ignorado en sentido objetivo. Puede sentirse traicionado y estar leyendo mal un gesto ambiguo. Puede sentirse despreciado y atribuir intenciones que no existieron. Puede vivir una herida genuina y, sin embargo, construir sobre ella una interpretación errónea o injusta. La autenticidad del sufrimiento no garantiza la corrección del juicio. Confundir ambos planos es uno de los errores más frecuentes de la sensibilidad moral contemporánea.

La empatía bien entendida se mueve precisamente en esa zona delicada donde se reconoce la verdad de una vivencia sin convertirla automáticamente en criterio de verdad sobre los hechos. Esto exige un equilibrio difícil. Por un lado, sería brutal negar la experiencia del otro, tratar su dolor como irrelevante o responder a él con pura frialdad analítica. Por otro, sería intelectualmente débil convertir ese dolor en una especie de argumento absoluto. La respuesta madura debe ser capaz de decir, al mismo tiempo: “entiendo que esto te haya dolido”, y “eso no basta todavía para concluir que tu interpretación sea correcta”. Esta doble fidelidad —a la humanidad de la experiencia y a la exigencia de verdad— es justamente lo que la confusión entre empatía y dar la razón destruye.

Cuando esta destrucción ocurre, las relaciones humanas se empobrecen gravemente. La conversación ya no puede orientarse hacia la verdad compartida, sino sólo hacia la protección emocional del relato más herido o más expresivamente doloroso. La apelación

a la empatía comienza entonces a operar como escudo: no se solicita ya una comprensión más profunda, sino una inmunidad frente a la objeción. La escena se reconfigura de modo muy preciso. El otro ya no puede responder: sólo puede confirmar. Si matiza, parece insensible. Si distingue, parece frío. Si corrige, parece violento. El resultado es una moralización confusa del desacuerdo: disentir empieza a equivaler a carecer de empatía.

Esta equivalencia es falsa y profundamente dañina. Falsa, porque una persona puede disentir de otra con gran comprensión de su experiencia. Dañina, porque introduce una sospecha moral general contra el juicio. Allí donde toda crítica es percibida como falta de empatía, la conversación humana pierde espesor y la verdad se vuelve rehén del impacto afectivo. No se trata de elegir entre comprensión y crítica, sino de comprender mejor para criticar mejor, y de criticar sin negar la humanidad de aquello que se critica. La empatía no debería abolir el desacuerdo; debería civilizarlo.

Para ver con claridad el error, conviene observar cómo funciona en casos concretos. Imaginemos a alguien que dice: “Reaccioné así porque me sentí humillado”. Una respuesta empática puede reconocer la experiencia: “Entiendo que te sintieras humillado; puedo ver por qué eso te desbordó”. Pero esa respuesta no obliga a añadir: “Entonces reaccionaste bien”. Tampoco obliga a afirmar: “Y, además, seguro que objetivamente te humillaron”. La comprensión puede detenerse legítimamente en la experiencia sin convertir esa experiencia en absolución moral ni en prueba concluyente sobre la realidad. Ésa es precisamente la forma adulta de la empatía.

Aquí aparece un punto especialmente importante: dar la razón no sólo puede referirse a la interpretación de los hechos; también puede referirse a la legitimidad de una conducta. Y en ambos casos

la empatía debe ser cuidadosamente distinguida. Comprender por qué alguien pensó lo que pensó no equivale a compartir su lectura. Comprender por qué alguien hizo lo que hizo no equivale a aprobar su acción. Una teoría seria de la empatía debe ser capaz de sostener ambas distinciones a la vez. De lo contrario, la comprensión se convierte en una máquina de exculpación.

Ésta es una tentación muy poderosa en contextos emocionalmente cargados. Cuanto más conocemos la fragilidad, la historia herida, la presión o el miedo que rodean una conducta, más difícil se vuelve juzgarla sin que el juicio parezca inhumano. Pero precisamente ahí se mide la madurez moral. Porque si toda comprensión profunda cancelara la responsabilidad, entonces cuanto mejor entendiéramos a alguien, menos podríamos pedirle cuentas. Y eso nos conduciría a una paradoja destructiva: la humanización del juicio acabaría destruyendo la posibilidad misma del juicio. Una ética seria no puede aceptar esa consecuencia. Debe buscar, por el contrario, una forma de juzgar que se vuelva más lúcida a medida que comprende más, no una forma de comprender que renuncie a juzgar.

La confusión entre empatía y dar la razón se alimenta también de una idea falsa sobre el respeto. Muchas personas creen que respetar al otro consiste en no contradecirlo cuando habla desde su vulnerabilidad. Pero eso reduce el respeto a una delicadeza servil. El respeto verdadero no es confirmación automática; es reconocimiento de la dignidad del otro como sujeto capaz de verdad, de error, de aprendizaje y de responsabilidad. Tratar a alguien con respeto no implica callar frente a su equivocación, sino responderle de manera que la corrección no destruya su condición

de interlocutor. Una corrección no humillante puede ser más respetuosa que una aprobación cobarde.

De hecho, dar la razón demasiado pronto puede ser una forma de no escuchar realmente. A veces asentimos no porque hayamos comprendido a fondo al otro, sino porque no toleramos la tensión de tener que permanecer en una escucha que todavía no desemboca en acuerdo. La aprobación prematura puede ser una salida fácil frente a la complejidad. En lugar de sostener la distancia necesaria para comprender y después discernir, el sujeto se precipita hacia el asentimiento para cerrar la incomodidad. Así, la aparente generosidad de "dar la razón" puede esconder una incapacidad para habitar la ambigüedad propia de toda relación con otra conciencia.

También hay que advertir una deformación simétrica. A veces se cree que, para no caer en esta confusión, hay que reaccionar con una suerte de dureza antiempática: separar tan radicalmente comprensión y aprobación que la primera quede reducida a una neutralidad sin afecto, casi burocrática. Pero esa reacción tampoco resuelve el problema. La cuestión no consiste en oponer empatía y juicio como dos funciones totalmente separadas, sino en ordenarlas. La empatía debe tocar el juicio sin absorberlo. Debe informarlo, humanizarlo, complejizarlo. Pero no sustituirlo. Del mismo modo, el juicio no debe ignorar la experiencia del otro, pero tampoco quedar prisionero de ella. La relación correcta no es de sustitución, sino de articulación.

Esta articulación es especialmente necesaria en vínculos cercanos. En la amistad, por ejemplo, uno no demuestra su calidad de amigo aprobando siempre. Un amigo que reduce la empatía a dar la razón deja de acompañar de verdad. Se convierte en eco del otro, no en presencia lúcida ante él. Comprender por qué alguien está dolido,

confundido o furioso puede ser el primer paso de una conversación genuina; pero si todo termina en confirmación, la amistad degenera en complicidad afectiva. Algo parecido ocurre en la pareja y en la familia. Quien ama de verdad no abandona al otro dentro de cada una de sus interpretaciones por temor a parecer poco empático. El amor maduro comprende y, precisamente por comprender, sabe cuándo sostener, cuándo callar y cuándo contradecir.

La educación ofrece un ejemplo todavía más claro. Un educador que identifique empatía con dar la razón traiciona su tarea. Educar implica comprender al alumno, percibir sus bloqueos, vergüenzas, inseguridades y formas de sufrimiento. Pero implica también corregir, exigir, orientar y no dejar que la herida subjetiva se convierta en criterio último de realidad. Si cada frustración del alumno condujera al educador a ratificar su lectura de las cosas, no habría verdadera formación, sino simple administración emocional de sensibilidades. La empatía, en educación, debe hacer la corrección más justa; no abolirla.

En el fondo, todo el problema gira en torno a una diferencia que la vida moral debe aprender a sostener con firmeza: la diferencia entre **reconocer** y **ratificar**. Reconocer es admitir que algo del otro tiene realidad y merece atención: su dolor, su vergüenza, su miedo, su sentimiento de pérdida o humillación. Ratificar es afirmar que la construcción que hace a partir de ello es correcta. La empatía requiere reconocimiento. No exige ratificación. Y, sin embargo, la sensibilidad contemporánea pasa con demasiada rapidez de uno a otro. Allí es donde el concepto se rompe.

Se podría objetar que, en la práctica, muchas veces las personas no piden sutilezas conceptuales, sino simplemente sentir que no están solas en lo que viven. Esto es cierto en parte, y debe ser atendido con

cuidado. En situaciones de gran fragilidad, el primer gesto humano no siempre es el análisis, sino la presencia comprensiva. Pero incluso ese hecho no destruye la distinción. Que haya momentos en los que convenga suspender temporalmente la evaluación explícita no significa que comprensión y aprobación sean idénticas. Significa sólo que la secuencia de la respuesta humana tiene tiempos, y que a veces comprender debe venir antes de juzgar. Pero venir antes no significa reemplazar. El orden temporal no borra la diferencia estructural.

Esta observación es importante porque ayuda a resolver un falso dilema. No se trata de interrumpir a alguien herido para corregirlo de inmediato en nombre de la claridad conceptual. Sería una forma tosca de verdad. Tampoco se trata de consagrar su lectura como incuestionable en nombre de la empatía. Sería una forma blanda de falsedad. La respuesta sabia sabe esperar, escuchar, acoger y luego, cuando corresponde, introducir la distinción necesaria. La empatía no exige precipitar el juicio; exige sólo que, al ejercerlo, no olvidemos la experiencia que hemos comprendido. Pero seguir comprendiendo no obliga a renunciar a la verdad.

De aquí se desprende una fórmula que conviene conservar: **puedo entender por qué piensas así sin pensar que tengas razón**. Esta frase contiene una de las máximas conquistas de la madurez humana. Permite disentir sin deshumanizar, sostener la verdad sin brutalidad y acompañar sin capitular. Es una forma rara de fortaleza: la fortaleza de no tener que elegir entre sensibilidad y lucidez.

Cuando esta fortaleza falta, las relaciones tienden a caer en dos extremos igualmente pobres. O bien en la dureza incapaz de comprender, que juzga al otro desde fuera como si su interioridad no importara; o bien en la blandura incapaz de diferenciar, que escucha

al otro como si su vivencia decidiera por sí misma toda cuestión de verdad y de justicia. La empatía confundida con dar la razón pertenece a este segundo extremo. Es una deformación sentimental de una facultad noble. Conserva la cercanía, pero pierde la forma. Conserva la atención, pero pierde el criterio. Conserva la humanidad, pero a costa de la verdad.

Por eso debe decirse con plena claridad: la empatía no es un tribunal que invalida toda crítica. Es una vía de acceso a la experiencia ajena. Su función no es reemplazar el juicio, sino impedir que el juicio sea ciego. Allí donde se la confunde con dar la razón, deja de cumplir su tarea y se transforma en una exigencia de obediencia emocional. Allí donde se la distingue de la aprobación, recupera su dignidad y su fuerza. Nos permite entonces algo mucho más difícil y mucho más humano: comprender al otro sin dejar de pensar.

Ésta es, en definitiva, una de las pruebas mayores de la inteligencia moral. No la capacidad de coincidir con quien sufre, sino la capacidad de estar cerca de su experiencia sin quedar absorbido por su relato. No la habilidad para asentir, sino la disciplina de comprender con hondura y juzgar con justicia. Sólo cuando se sostiene esta diferencia la empatía deja de ser una palabra blanda y empieza a convertirse en una virtud verdaderamente seria.

1.3. Empatía como sensibilidad emocional

Otra de las confusiones más extendidas consiste en identificar la empatía con la sensibilidad emocional. Según esta idea, sería empático quien siente mucho, quien se conmueve con facilidad, quien reacciona intensamente ante el dolor ajeno, quien se ve afectado por lo que otros viven o quien posee una receptividad emocional particularmente viva. En esta imagen, la empatía aparece como una especie de porosidad afectiva: una capacidad de dejarse

tocar por la emoción del otro. Cuanto más intensa es esa afección, más empática parecería la persona. La confusión es comprensible, porque la empatía puede incluir una dimensión afectiva real. Pero precisamente porque la incluye sin agotarse en ella, es necesario distinguir con cuidado. **Ser muy sensible no equivale, sin más, a ser empático.**

La sensibilidad emocional se refiere a la facilidad, intensidad o rapidez con que una persona se ve afectada por situaciones, tonos, heridas, gestos o estados anímicos. Es, por decirlo así, una cierta disponibilidad a la impresión afectiva. Algunas personas perciben y registran muy rápidamente la atmósfera emocional de un entorno. Otras se conmueven de inmediato ante el sufrimiento ajeno. Otras reaccionan con una intensidad que parece probar una apertura especialmente profunda al mundo interior de los demás. Todo esto puede ser real y humanamente valioso. Pero ninguna de estas condiciones, por sí sola, basta para constituir empatía en sentido fuerte.

La razón principal es sencilla: **sentir algo a causa del otro no es todavía comprender al otro**. Puedo emocionarme profundamente ante el relato de alguien y, sin embargo, entender muy poco de su experiencia singular. Puedo quedar impactado por su dolor, llorar con él, inquietarme, alterarme o incluso sentir una angustia intensa, y no haber captado todavía con precisión qué significado tiene para esa persona lo que está viviendo. Mi reacción puede ser auténtica, pero seguir siendo relativamente ciega. La conmoción no garantiza inteligibilidad. A veces, incluso, la dificulta.

Este punto es fundamental, porque corrige una ilusión muy poderosa: la idea de que la profundidad emocional mide automáticamente la profundidad comprensiva. La experiencia

muestra que esto no es así. Hay personas muy conmovidas por el sufrimiento ajeno que, sin embargo, escuchan mal. Se precipitan hacia sus propias asociaciones, llenan con proyecciones los silencios del otro, responden desde su impresión personal más que desde la singularidad de la situación que tienen delante. Lo que parece máxima apertura puede ser, en realidad, una forma de ocupación emocional del espacio relacional. El otro deja de aparecer en su diferencia concreta y pasa a convertirse en ocasión de una intensa experiencia afectiva propia.

Aquí se vuelve necesaria una distinción decisiva entre **resonancia** y **comprensión**. La resonancia es el eco afectivo que la situación de otro produce en mí. La comprensión es el esfuerzo por captar cómo se configura la experiencia del otro desde su propio centro. La resonancia puede acompañar a la comprensión y, en muchos casos, puede facilitarla. Pero no se identifica con ella. De hecho, puede ocurrir que la resonancia sea intensa y la comprensión pobre, o que la resonancia sea relativamente sobria y la comprensión muy aguda. Una persona emocionalmente contenida, poco expresiva y nada dada al dramatismo puede comprender mejor la experiencia ajena que otra mucho más visible en su afectación.

Esto se debe a que la empatía exige algo que la mera sensibilidad no garantiza: la capacidad de **mantener la diferencia entre uno mismo y el otro**. La sensibilidad emocional, cuando es muy intensa, puede arrastrar con facilidad hacia el contagio. El sujeto no sólo reconoce el dolor ajeno, sino que queda invadido por él, absorbido por la atmósfera afectiva que percibe o confundido respecto de dónde termina la emoción del otro y dónde empieza la propia. Pero el contagio emocional no es todavía empatía en sentido pleno. En el contagio, la distinción entre las dos interioridades se debilita. En la

empatía, por el contrario, esa distinción debe conservarse. Comprender al otro exige precisamente no desaparecer en él.

Éste es uno de los puntos más finos de todo el problema. La empatía no consiste en sentir exactamente lo mismo que el otro, ni en duplicar interiormente su estado, ni en convertirse en una réplica emocional de su experiencia. Consiste en algo más difícil: captar su experiencia como experiencia suya. Esto exige cercanía, pero también forma. Exige receptividad, pero también límite. Exige que algo del otro me alcance, pero no hasta el punto de destruir la diferencia que permite reconocerlo como otro. Cuando esta diferencia desaparece, ya no hay empatía propiamente dicha, sino fusión afectiva, absorción o contagio.

La cultura contemporánea, sin embargo, tiende a valorar de manera casi automática la intensidad emocional como si fuera señal de profundidad moral. Cuanto más afectado parece alguien por el sufrimiento ajeno, más humano se lo juzga. Esta valoración contiene algo verdadero: la indiferencia endurecida suele ser moralmente empobrecida. Pero de ese dato no se sigue que toda alta intensidad afectiva sea una forma superior de relación con el otro. A veces ocurre exactamente lo contrario. La emoción demasiado rápida o demasiado amplia puede volver al sujeto menos disponible para escuchar con precisión. En lugar de prestar atención a la singularidad de la experiencia ajena, responde a la impresión que esa experiencia produce en él. El centro de gravedad se desplaza silenciosamente. El otro deja de ser el foco; pasa a serlo la propia conmoción.

De ahí nace una forma muy frecuente de pseudoempatía: la sensibilidad narcisista. Se trata de aquellas situaciones en las que la emoción despertada por el dolor ajeno se vive como prueba

suficiente de haber comprendido. El sujeto siente mucho y, por eso, cree haber accedido profundamente a la experiencia del otro. Pero lo que en realidad posee con certeza es sólo el hecho de haberse afectado a sí mismo. La intensidad de su reacción puede decir más sobre su estructura emocional, su historia personal o su necesidad de verse como sensible que sobre la realidad de la experiencia que tiene delante. La emoción funciona entonces como un atajo ilegítimo hacia una supuesta comprensión.

Esto no significa que la dimensión afectiva deba ser descartada. Sería un error opuesto y tan pobre como el anterior. Una empatía enteramente desprovista de toda resonancia emocional corre el riesgo de volverse excesivamente fría, abstracta o técnica. La comprensión humana del otro no se parece a una deducción geométrica. En muchos casos, algo del tono de su experiencia debe tocarnos para que podamos situarnos realmente ante ella. La cuestión no es, por tanto, expulsar la afectividad, sino ordenarla. La sensibilidad puede abrir una puerta valiosa hacia la experiencia ajena, pero sólo si no pretende sustituir la tarea más difícil de comprender con precisión.

Hay aquí una enseñanza importante. La sensibilidad emocional es ambivalente. Puede ser una ayuda o un obstáculo. Ayuda cuando vuelve al sujeto más atento, más receptivo, más capaz de notar matices que una frialdad rígida no percibiría. Obstaculiza cuando desborda la escena, cuando convierte la experiencia ajena en detonante de una agitación propia o cuando introduce tal intensidad que el otro queda, por así decirlo, cubierto por la reacción del que dice acompañarlo. La sensibilidad bien ordenada hace más permeable la atención. La sensibilidad desordenada interfiere con ella.

Esto se ve con especial claridad en ámbitos de cuidado. Acompañar a alguien que sufre no consiste en sufrir de manera paralela y desbordada. Quien acompaña debe poder dejarse tocar sin quedar inutilizado por la emoción. Debe sostener presencia, escucha y forma. Si la sensibilidad lo arrastra hasta el punto de perder toda capacidad de juicio, de contención o de orientación, entonces ya no ayuda realmente al otro. Lo acompaña sólo en apariencia, porque en el momento decisivo ha quedado absorbido por su propia reacción. Una sensibilidad sin estructura puede ser humanamente sincera y, sin embargo, prácticamente insuficiente.

La confusión entre empatía y sensibilidad emocional se alimenta también de una idea romántica de la autenticidad. Se supone que cuanto más espontánea e intensa es una reacción, más verdadera y más moralmente valiosa resulta. Pero la vida humana no funciona así. La espontaneidad puede revelar algo genuino, pero no por ello está ya bien orientada. También las reacciones espontáneas necesitan disciplina, medida e interpretación. Una persona que se deja arrastrar de inmediato por toda emoción ajena no por eso comprende mejor. A veces comprende peor, porque no logra sostener la distancia interior necesaria para percibir al otro como otro y no como prolongación de su propio temblor afectivo.

En el fondo, la diferencia entre sensibilidad y empatía reproduce una distinción más amplia entre **ser impresionable** y **ser comprensivo**. Lo impresionable se refiere a cuánto me afecta algo. Lo comprensivo se refiere a cuánto logro captar del sentido que ese algo tiene para otro. Puedo ser muy impresionable y poco comprensivo. También puedo ser relativamente sereno en mis reacciones y muy comprensivo. No hay una proporcionalidad necesaria entre ambos planos. La cultura emocional actual suele ignorar esta diferencia y,

por eso, premia a menudo la demostración visible de sensibilidad más que la comprensión silenciosa y exacta.

Esta preferencia por lo visible tiene consecuencias. Hace parecer menos humano al que no dramatiza y más profundo al que se conmueve ostensiblemente. Pero una teoría seria debe resistir esa estética. La empatía no debe medirse por la espectacularidad emocional de quien la ejerce, sino por la calidad de su acceso a la experiencia ajena y por su capacidad de permanecer ante ella sin apropiársela, sin banalizarla y sin sustituirla por su propia reacción. A veces la comprensión más alta se parece menos a una gran efusión afectiva que a una presencia sobria, atenta, firme y silenciosamente receptiva.

Hay un criterio práctico que ayuda a distinguir ambas cosas. Cuando la sensibilidad domina de manera desordenada, la respuesta al otro tiende a girar rápidamente hacia el yo: “esto me afecta muchísimo”, “no soporto verte así”, “me duele demasiado escucharte”, “me destruye lo que te pasa”. Estas expresiones pueden ser sinceras, pero desplazan el centro. El otro queda obligado no sólo a sostener su sufrimiento, sino también la reacción de quien lo acompaña. En cambio, cuando la sensibilidad está integrada en la empatía, el centro permanece en la experiencia ajena: “quiero comprender mejor lo que estás viviendo”, “veo que esto te hiere profundamente”, “trato de captar qué significa esto para ti”. La diferencia no está en que uno sienta y el otro no, sino en quién ocupa el lugar central de la escena.

También debe decirse que una alta sensibilidad emocional puede volver al sujeto especialmente vulnerable a la manipulación. Quien reacciona de inmediato e intensamente ante cualquier expresión de dolor puede ser llevado con facilidad a confundir intensidad

expresiva con verdad, vulnerabilidad mostrada con inocencia moral, sufrimiento narrado con legitimidad total. La sensibilidad, por sí sola, no discrimina bien. Necesita del juicio para no convertirse en credulidad afectiva. Y precisamente por eso no puede identificarse con la empatía en sentido estricto. La empatía madura escucha el dolor, sí, pero no abdica de la tarea de distinguir entre experiencia, interpretación y responsabilidad.

En definitiva, la sensibilidad emocional es una condición posible, frecuente y a veces valiosa en el ejercicio de la empatía, pero no su esencia. Puede acompañarla, predisponer a ella o darle calidez humana. Pero cuando se la absolutiza, el concepto se deforma. La empatía no es mero temblor afectivo ante la emoción ajena. Es una forma más exigente de relación: una atención capaz de dejarse tocar sin perder forma, de acercarse sin fundirse, de sentir algo del otro sin convertir ese sentir en medida única de comprensión.

La formulación más precisa sería ésta: **la sensibilidad emocional mide cuánto me afecta el otro; la empatía mide cuánto logro comprender su experiencia como experiencia suya**. La primera puede ser intensa y desordenada. La segunda exige una disciplina mayor: distinguir entre resonar y apropiarse, entre conmoverse y comprender, entre contagiarse y reconocer. Allí donde esta distinción se olvida, la empatía se sentimentaliza. Allí donde se la conserva, el término gana profundidad y rigor.

Por eso, el segundo paso para salir de la confusión inicial consiste en no dejarse engañar por la intensidad. No toda persona muy sensible es empática. No toda persona poco expresiva carece de empatía. La verdadera pregunta no es cuánto siente alguien ante el dolor ajeno, sino si sabe situarse ante él de manera que el otro

aparezca con su propia densidad, con su propia diferencia y con su propio sentido. Sólo ahí empieza realmente la empatía.

1.4. Empatía como virtud total

Después de haber sido confundida con la amabilidad, con dar la razón y con la mera sensibilidad emocional, la empatía sufre una deformación todavía más amplia y más peligrosa: ser tratada como una **virtud total**. En esta imagen, poseer empatía equivaldría casi a poseer humanidad moral suficiente. La palabra deja entonces de nombrar una facultad determinada y pasa a funcionar como síntesis general de bondad, delicadeza, justicia, madurez, cuidado y rectitud. Quien "tiene empatía" aparece como alguien éticamente confiable en un sentido casi global. Quien "carece de empatía" parece quedar, de manera casi automática, del lado de la dureza, la ceguera o la falla moral más básica. Esta amplificación del término es una de las razones por las que resulta tan difícil pensarlo con precisión.

Conviene empezar por una observación elemental: ninguna facultad humana parcial debería ser convertida sin examen en criterio total de excelencia moral. Y la empatía, por valiosa que sea, sigue siendo una facultad parcial. Se refiere a una capacidad de acceso a la experiencia ajena, de comprensión de perspectivas, de resonancia o reconocimiento del mundo vivido del otro. Todo eso puede tener enorme importancia moral. Pero de ahí no se sigue que la empatía contenga ya, por sí sola, todas las exigencias de la vida buena. Comprender al otro no es todavía amar bien, juzgar justamente, actuar rectamente, decir la verdad, sostener un principio o querer verdaderamente el bien ajeno. Puede ayudar a todas esas cosas, pero no las sustituye.

Sin embargo, en la imaginación moral contemporánea la empatía ha ido ocupando un lugar que excede con mucho su competencia propia. Se la trata como si fuera la clave única de la decencia humana. Pareciera que quien logra comprender lo que otro siente o vive ya está, por ese solo hecho, moralmente bien orientado. Pero esta conclusión no resiste examen. La historia de la experiencia humana muestra con suficiente claridad que una persona puede comprender muy bien las emociones ajenas y, sin embargo, usar esa comprensión para fines torcidos. Puede captar con gran agudeza los miedos, carencias, heridas y anhelos del otro, y servirse de ese conocimiento para seducir, manipular, dominar, humillar o controlar. Esto basta para demostrar que la empatía no es idéntica a la bondad.

Aquí conviene introducir una distinción decisiva entre **capacidad** y **virtud**. Una capacidad es una potencia o habilidad que puede ser usada de distintas maneras. Una virtud, en cambio, implica ya una orientación estable hacia el bien. La empatía, tomada en sentido estricto, está más cerca de una capacidad que de una virtud completa. Puede integrarse en una virtud más amplia, puede ser educada éticamente, puede convertirse en parte de un carácter noble; pero no garantiza por sí sola esa nobleza. Quien comprende al otro dispone de un acceso valioso a su interioridad, pero el modo en que use ese acceso sigue siendo una cuestión abierta. Si se olvida esto, la empatía queda idealizada.

La idealización tiene varias causas. Una de ellas es que la empatía corrige algo verdaderamente grave: la cosificación del otro. Allí donde alguien no logra percibir que el otro tiene una interioridad propia, la relación humana se embrutece. En ese sentido, la empatía cumple una función moral fundamental: rompe el encierro del yo y

obliga a reconocer la existencia de otro centro de experiencia. Como esta corrección es profunda y necesaria, resulta fácil dar un paso de más y concluir que quien realiza tal corrección ya está moralmente bien situado en general. Pero esto no es cierto. Reconocer al otro como sujeto de experiencia es una condición importante de la moralidad; no es todavía su forma completa.

Otra causa de la idealización es que la empatía parece, en muchos contextos, más humana que el juicio. Frente a tradiciones de dureza, de disciplina ciega o de objetividad deshumanizada, la empatía aparece como una recuperación del espesor concreto de la vida. Y en parte lo es. El problema comienza cuando, en lugar de corregir al juicio, pretende reemplazarlo. Entonces se convierte en una especie de soberana moral de nuevo tipo. Ya no es una dimensión valiosa que debe articularse con otras, sino el criterio último desde el cual todo lo demás se evalúa. Si una decisión parece poco empática, se la condena; si una posición logra presentarse como empática, se la reviste de legitimidad. Así, la empatía deja de ser una capacidad importante y pasa a ocupar el lugar de medida suprema.

Esta sustitución produce varios errores. El primero consiste en olvidar que la justicia no coincide siempre con la empatía espontánea. La empatía suele moverse mejor cerca de lo visible, de lo concreto, de lo narrable, de lo parecido a nosotros o de aquello que despierta una respuesta inmediata. Pero la justicia exige también imparcialidad, medida, distancia y, a veces, capacidad de no dejarse arrastrar por la emoción más intensa del momento. La empatía puede acercarnos al caso singular; no basta para ordenar de manera justa un campo más amplio de relaciones y responsabilidades. Si se la convierte en criterio total, se corre el riesgo de confundir intensidad afectiva con rectitud moral.

El segundo error consiste en olvidar que la verdad no se decide por comprensión afectiva. Una persona puede ser profundamente empática con la vivencia de alguien y, al mismo tiempo, estar equivocada sobre los hechos o sobre la interpretación adecuada de una situación. La empatía puede captar cómo se siente una experiencia; no por eso decide si esa experiencia está bien explicada. Convertirla en virtud total implica pedirle que funcione como sustituto del discernimiento. Pero ninguna apertura afectiva o perspectival puede ahorrar la tarea de examinar, distinguir, contrastar y juzgar.

El tercer error consiste en olvidar que el amor supera a la empatía sin negarla. Amar a alguien no es sólo comprenderlo. Es querer su bien. Y querer su bien puede requerir paciencia, lealtad, sacrificio, constancia, autoridad, corrección y verdad. La empatía puede ser una condición preciosa del amor, porque nadie ama bien aquello que no intenta comprender. Pero si se la toma por virtud total, se pierde de vista que el amor incluye dimensiones que la comprensión de la vivencia ajena no agota. A veces amar exige contrariar precisamente a quien se comprende profundamente. Una moral centrada exclusivamente en la empatía tiene dificultades para pensar esa exigencia.

El cuarto error es político y cultural. Cuando la empatía se vuelve virtud total, el espacio público empieza a ordenarse en torno a una sospecha permanente contra toda posición que no exhiba de forma inmediata sensibilidad visible. Entonces, el juicio prudencial, la deliberación sobre principios, la responsabilidad institucional y la complejidad de las decisiones quedan subordinados a una sensibilidad moral de alta presión afectiva. No se pregunta ya sólo qué es justo, verdadero o sostenible, sino qué postura parece más

empática. Pero la vida común no puede organizarse sobre esa base sin introducir graves desequilibrios. La empatía es importante para humanizar la política; no basta para gobernarla.

Hay también un error más íntimo. Quien convierte la empatía en virtud total corre el riesgo de evaluar moralmente a las personas casi exclusivamente por su estilo afectivo. Alguien expresivo, receptivo, conmovido y verbalmente cuidadoso parecerá inmediatamente superior en calidad humana. Alguien sobrio, reservado, más seco en las formas o más dado a distinguir que a consolar quedará bajo sospecha. Pero estas apariencias engañan con facilidad. Hay personas muy sensibles en el trato y muy débiles en la verdad. Hay personas poco suaves en la forma y profundamente justas en el fondo. Una teoría seria no puede permitir que el estilo emocional sustituya a la evaluación más completa del carácter.

La idea de la empatía como virtud total se vuelve especialmente problemática cuando empieza a absorber otras nociones que merecen ser conservadas en su diferencia. La compasión queda reducida a empatía intensificada. La justicia, a empatía imparcial. El amor, a empatía sostenida. El perdón, a empatía con la fragilidad. La bondad misma, a empatía expandida. Pero esta absorción empobrece el lenguaje moral. Cada una de esas realidades tiene una estructura propia. La compasión no es sólo comprender el sufrimiento, sino querer aliviarlo. La justicia no es sólo captar perspectivas, sino dar a cada uno lo que le corresponde. El amor no es sólo reconocer interioridad, sino entregarse al bien del otro. Cuando todo se traduce a empatía, el vocabulario gana prestigio afectivo y pierde precisión ética.

A esto se añade un problema espiritual más profundo. La virtud total, cuando se concentra en una sola palabra de fuerte brillo moral,

produce una extraña simplificación del alma. El sujeto ya no se pregunta por el difícil equilibrio entre varias exigencias humanas —verdad, justicia, compasión, responsabilidad, firmeza, humildad, amor—, sino por si está siendo o no suficientemente empático. La complejidad de la vida moral queda reducida a una sensibilidad dominante. Esto proporciona una ilusión de claridad, pero a costa de empobrecer el juicio. Una época que absolutiza una sola virtud termina por olvidar que el bien humano es arquitectónico, no monolítico. Ninguna facultad aislada puede cargar por sí sola con toda la tarea de orientar una vida.

Esto no significa que la empatía deba rebajarse. Significa, justamente, que debe ser tratada con más seriedad. Una facultad verdaderamente importante no necesita ser inflada hasta convertirse en todo. Basta con ubicarla correctamente dentro del conjunto. La empatía es una gran corrección contra la brutalidad del yo. Es una vía de acceso al otro. Es una condición decisiva para que el juicio no sea ciego y para que la convivencia no se vuelva puramente instrumental. Pero pierde su verdad cuando se convierte en ídolo moral. Porque el ídolo, al absolutizar una dimensión, termina traicionándola. La empatía idolatrada deja de ser una forma humilde de reconocimiento del otro y se transforma en consigna, en capital simbólico o en criterio único de legitimidad.

Por eso hay que sostener una tesis de gran importancia: **la empatía es necesaria, pero no soberana**. Necesaria, porque sin ella el otro puede quedar reducido a objeto, abstracción o función. No soberana, porque no decide por sí sola ni la verdad, ni la justicia, ni la bondad, ni el amor. Esta tesis permite rescatar al término tanto de sus detractores simplistas como de sus devotos ingenuos. Los primeros la reducen a blandura. Los segundos la convierten en

solución de todo. Ambos se equivocan. La empatía no es ni debilidad sentimental ni plenitud moral. Es una facultad intermedia, poderosa y limitada.

Una consecuencia práctica de esta idea es que el llamado a “tener más empatía” debe ser siempre examinado con prudencia. A veces ese llamado es plenamente legítimo: pide que se reconozca una experiencia ignorada, que se interrumpa una forma de dureza o que se intente comprender una herida que está siendo tratada con superficialidad. Pero otras veces el llamado a la empatía encubre una pretensión mayor: que se suspenda el juicio, que se atenúe la responsabilidad, que se legitime una interpretación o que se eluda un conflicto normativo. Sólo si la empatía no es considerada virtud total podremos distinguir entre estos casos.

También se sigue de aquí una advertencia personal. Muchas personas se juzgan moralmente suficientes porque se sienten empáticas. Perciben con facilidad el dolor ajeno, se conmueven, escuchan, reconocen estados emocionales. Todo eso puede ser valioso. Pero si esa autopercepción les impide ver sus sesgos, sus cobardías, sus omisiones, su falta de verdad o su incapacidad de sostener límites justos, entonces la empatía se ha convertido en autoindulgencia moral. Una facultad real es tomada como certificado global de virtud. Y ése es uno de los modos más sutiles de extraviarse.

La madurez exige otra cosa. Exige integrar la empatía en una constelación más amplia de virtudes y exigencias. Que la comprensión del otro sea acompañada por verdad para no mentirle, por justicia para no ser parcial, por fortaleza para no ceder donde debe ponerse un límite, por prudencia para discernir contextos y por amor para querer de verdad el bien ajeno y no sólo su alivio

emocional inmediato. Sólo dentro de esa arquitectura la empatía ocupa un lugar justo. Fuera de ella, se hincha, se desordena o se vuelve manipulable.

Podría condensarse todo este apartado en una fórmula muy simple: **la empatía no es la totalidad del bien; es una de sus condiciones importantes**. No el todo, sino una parte decisiva. No la forma completa de la moralidad, sino una de las vías por las que la humanidad del otro entra realmente en nuestra conciencia. Esta formulación permite honrar su valor sin caer en idolatría. Y eso es exactamente lo que una teoría seria necesita hacer.

Cuando se olvida esta proporción, la empatía se convierte en una palabra demasiado grande para sí misma. Se le pide lo que no puede dar, se le atribuye lo que no garantiza y se la juzga como si incluyera ya toda la nobleza moral. Pero ningún concepto resiste ese peso sin deformarse. La tarea filosófica consiste en aliviarlo de esa carga excesiva para devolverle su contorno real. La empatía gana en rigor lo que pierde en grandilocuencia. Y sólo así puede empezar a ser verdaderamente útil para comprender la vida humana.

1.5. Diagnóstico de los malentendidos dominantes

Llegados a este punto, las cuatro confusiones principales ya pueden ser vistas en su unidad. La empatía ha sido entendida como amabilidad, como dar la razón, como sensibilidad emocional y como virtud total. Cada una de estas interpretaciones contiene algún elemento que roza el fenómeno real, pero ninguna logra captarlo en su estructura propia. La amabilidad toca la forma del trato; la empatía puede expresarse a través de ella, pero no se reduce a ella. Dar la razón toca el plano del asentimiento o de la validación de una interpretación; la empatía puede preceder o acompañar al acuerdo, pero no lo implica. La sensibilidad

emocional toca la dimensión afectiva de la relación; la empatía puede incluir resonancia, pero no coincide con el contagio ni con la intensidad de la reacción. La idea de virtud total reconoce, confusamente, el valor moral del término; pero al absolutizarlo lo desfigura y le hace perder proporción.

Lo decisivo no es sólo enumerar estos errores, sino comprender la lógica que los sostiene. Todos ellos responden, en el fondo, a una misma tendencia: **desplazar la empatía fuera de su lugar propio**. En vez de verla como una capacidad compleja de comprensión de la experiencia ajena, se la traduce a registros más fáciles, más visibles o más moralmente rentables. Se la vuelve amabilidad porque la amabilidad es socialmente reconocible. Se la vuelve aprobación porque el acuerdo simplifica la tensión del vínculo. Se la vuelve sensibilidad porque la emoción intensa impresiona y parece más auténtica. Se la vuelve virtud total porque una sola palabra prestigiosa alivia la dificultad de pensar la complejidad de la vida moral. En todos los casos, el término es arrastrado hacia una forma de simplificación.

Esta simplificación tiene raíces antropológicas profundas. El ser humano tiende a buscar señales visibles de lo que es interiormente complejo. Quiere reconocer de manera rápida quién es humano, quién es sensible, quién es moralmente valioso, quién está abierto al otro. Pero la empatía auténtica no se deja reducir sin pérdida a signos externos simples. No siempre coincide con un tono suave. No siempre se muestra en emoción intensa. No siempre produce acuerdo. No siempre genera alivio inmediato. Y no convierte automáticamente en buena a la persona que la posee en algún grado. Precisamente por eso resulta tan tentador reemplazar su

complejidad por imágenes más manejables. El problema es que, al hacerlo, se pierde lo esencial.

Ese núcleo esencial puede empezar ahora a perfilarse mejor por vía negativa. La empatía no es una simple técnica social del buen trato. No es una capitulación del juicio ante la herida ajena. No es una efusión afectiva. No es una garantía suficiente de rectitud moral. Ninguna de estas formas agota su verdad. Y, sin embargo, casi toda conversación ordinaria sobre la empatía oscila entre ellas. Por eso el término se encuentra hoy en una situación paradójica: goza de enorme prestigio y, al mismo tiempo, sufre una profunda indeterminación conceptual. Es admirado en general y comprendido pobremente en particular.

Si se quiere ir más al fondo, hay que advertir que estos malentendidos no son independientes unos de otros. Se refuerzan. Quien identifica empatía con sensibilidad emocional está más expuesto a identificarla también con dar la razón, porque la intensidad de la emoción ajena puede presionar hacia la aprobación. Quien la identifica con amabilidad está más dispuesto a convertirla en evitación del conflicto y, por tanto, en suspensión del juicio. Quien la concibe como virtud total tenderá a tratar cualquier objeción o distinción como si fuese sospecha moralmente impropia. Así, los errores se encadenan. El término se vuelve cada vez más prestigioso a medida que pierde cada vez más contorno.

Hay, además, un factor cultural que agrava esta situación: la creciente dificultad para sostener diferencias sin que éstas se vivan como agresión. En un mundo afectivamente intensificado, la distancia entre comprender y asentir se hace más difícil de mantener. Se espera con frecuencia que quien reconoce una vivencia confirme también la interpretación asociada a ella. Se

percibe la objeción como desmentida del dolor. Se vive la corrección como falta de humanidad. En ese clima, la empatía es empujada constantemente hacia el territorio de la aprobación o de la neutralización del conflicto. Por eso una teoría rigurosa del término debe luchar no sólo contra errores conceptuales aislados, sino contra una atmósfera cultural que favorece su confusión.

El diagnóstico puede formularse de manera más sistemática. Los malentendidos dominantes nacen de cuatro desplazamientos fundamentales.

El primero es un **desplazamiento del fondo a la forma**: se toma la cortesía o suavidad exterior como prueba suficiente de una comprensión interior. De ahí la reducción de la empatía a amabilidad.

El segundo es un **desplazamiento de la comprensión al asentimiento**: se pasa ilegítimamente del reconocimiento de la vivencia a la ratificación de la interpretación o de la conducta. De ahí la reducción de la empatía a dar la razón.

El tercero es un **desplazamiento de la inteligibilidad a la intensidad**: se confunde la calidad de la comprensión con la fuerza de la reacción emocional. De ahí la reducción de la empatía a sensibilidad.

El cuarto es un **desplazamiento de la parte al todo**: se toma una facultad importante, pero parcial, como si contuviera ya en sí misma toda la excelencia moral. De ahí la reducción de la empatía a virtud total.

Estos cuatro desplazamientos muestran un mismo fenómeno: la incapacidad de mantener la complejidad sin disolverla en imágenes más inmediatas. Y esa incapacidad tiene consecuencias prácticas

muy concretas. Produce relaciones en las que la comprensión se vuelve complacencia. Produce conversaciones en las que disentir parece deshumanizar. Produce moralidades en las que la apariencia de sensibilidad pesa más que la verdad. Produce vínculos donde el miedo a no parecer empático impide corregir, orientar o poner límites. Produce, en definitiva, una cultura afectiva menos madura, aunque se imagine a sí misma como más refinada.

Pero el diagnóstico no debe detenerse en la crítica. También debe mostrar qué verdad parcial se esconde en cada error. Porque las confusiones duraderas no suelen sostenerse sobre pura falsedad. La empatía se aproxima a la amabilidad porque la comprensión del otro suele traducirse en un trato más considerado. Se aproxima al acuerdo porque comprender bien puede llevar a coincidir en algunos casos. Se aproxima a la sensibilidad porque la experiencia ajena puede efectivamente conmovernos. Se aproxima a una virtud porque tiene importancia moral real. El problema no es que estas proximidades no existan, sino que se absolutizan y se transforman en identidades. Por eso el trabajo filosófico no consiste en negar toda conexión, sino en impedir que la conexión destruya la diferencia.

En este sentido, el diagnóstico de los malentendidos dominantes prepara ya la definición futura del término. Al limpiar el campo, muestra qué rasgos debe conservar una teoría suficiente de la empatía. Debe conservar su dimensión relacional sin reducirla a modales. Debe conservar su potencia humanizadora sin confundirla con aprobación. Debe conservar su componente afectivo sin identificarlo con desborde emocional. Debe conservar su valor moral sin convertirlo en criterio único del bien. Sólo una definición

capaz de sostener simultáneamente estas cuatro exigencias podrá hacer justicia al fenómeno.

También puede decirse así: una teoría rigurosa de la empatía tendrá que ser **más estrecha** que el uso corriente y **más profunda** que el uso superficial. Más estrecha, porque deberá excluir significados impropios que hoy se le adhieren con facilidad. Más profunda, porque no bastará con una definición ligera del tipo "ponerse en el lugar del otro", fórmula que, aunque intuitiva, resulta insuficiente si no se aclara qué significa exactamente ponerse, hasta dónde es posible hacerlo, qué diferencia queda entre uno y el otro y qué relación guarda ese movimiento con la verdad, el juicio y la responsabilidad.

La importancia de este diagnóstico radica en que nos protege contra dos errores futuros. El primero sería creer que basta con sustituir una definición vulgar por una definición académica. No. Lo que está en juego no es sólo precisión terminológica, sino la forma en que se piensa el vínculo humano. El segundo error sería suponer que, una vez detectadas las confusiones, el problema está resuelto. Tampoco. El trabajo difícil apenas comienza. Hay que reconstruir positivamente el concepto. Hay que mostrar qué significa comprender al otro sin fundirse con él, sin someterse a su relato y sin reducirlo a objeto de análisis. Hay que determinar qué tipo de acceso ofrece la empatía a la interioridad ajena. Y hay que hacerlo de tal manera que la palabra recupere espesor sin convertirse en abstracción inútil.

Por eso este diagnóstico tiene una función doble. Es crítica, porque desactiva imágenes falsas o insuficientes. Y es preparatoria, porque abre el espacio para una reconstrucción más alta. Hemos visto ya lo que la empatía no es o, al menos, aquello a lo que no puede ser

reducida sin pérdida. El siguiente paso debe consistir en preguntar positivamente por su núcleo: qué ocurre realmente cuando alguien intenta comprender al otro desde su propia perspectiva, qué estructura tiene ese acto y por qué es al mismo tiempo tan valioso y tan vulnerable a la deformación.

Sólo a partir de ahí el término podrá salir de la niebla moral en la que suele quedar atrapado. Mientras permanezca confundido con amabilidad, aprobación, sensibilidad o virtud total, seguirá siendo una palabra prestigiosa pero blanda. Recuperar su dignidad exige devolverle su dificultad. Y esa dificultad comienza precisamente donde los malentendidos terminan: en el momento de definir con rigor qué es realmente la empatía.

CAPÍTULO 2.

HISTORIA CONCEPTUAL DEL TÉRMINO

2.1. Antecedentes estéticos y filosóficos

Para comprender con rigor qué significa hoy "empatía", no basta con observar su uso contemporáneo. Hay que reconstruir, al menos en sus líneas principales, el camino por el cual el término llegó a ocupar el lugar que ocupa. Y ese camino no comienza en la psicología popular, ni en la ética cotidiana, ni en el lenguaje terapéutico. Comienza en un terreno mucho más preciso y, a primera vista, más extraño: la reflexión estética y filosófica sobre la experiencia de las formas.

Este dato es importante, porque ya desde su origen el concepto arrastra una ambigüedad fecunda. Antes de volverse una palabra corriente para hablar de vínculos humanos, la noción que luego desembocará en "empatía" servía para pensar cómo el sujeto se relaciona con una figura, una obra, un cuerpo visible, una forma

espacial o un gesto expresivo. En otras palabras: antes de nombrar de manera central la comprensión del dolor ajeno, el concepto estaba vinculado al problema de cómo el mundo exterior puede aparecer cargado de interioridad o de sentido vivido. Esto explica por qué la empatía no debe ser entendida desde el principio como una simple emoción moral. Su historia la sitúa, más originariamente, en la pregunta por la relación entre interioridad, expresión y forma.

El término alemán que suele ocupar aquí el centro es *Einfühlung*. Sin necesidad de detenerse todavía en discusiones filológicas minuciosas, basta con retener su sugerencia básica: algo así como "sentirse dentro", "sentir en" o "proyectar sentimiento en". La expresión no nació inicialmente para designar la compasión ni el cuidado interpersonal, sino para describir un cierto modo de relación con formas sensibles, especialmente en el ámbito de la estética. Cuando alguien contemplaba una línea ascendente, una columna erguida, una curva suave, un volumen pesado o una figura tensa, podía experimentar no sólo una percepción geométrica, sino una especie de participación afectiva en la forma. La forma parecía portar una cualidad vivida: elevación, tensión, serenidad, pesadez, reposo. El sujeto no se limitaba a ver una figura; la sentía de algún modo desde dentro.

Este origen estético ya contiene una intuición decisiva: la experiencia humana no se limita a registrar objetos de manera neutra. Percibe formas expresivas, ritmos cargados de sentido, configuraciones que parecen animadas por una interioridad o, al menos, por una direccionalidad vivida. La pregunta de los primeros teóricos no era todavía: "¿cómo comprendo a otra conciencia humana?". Era más bien: "¿cómo puede una forma exterior ser vivida como significativa desde dentro?". Pero esa pregunta preparó

silenciosamente la siguiente. Porque si el sujeto es capaz de encontrar o introducir vida sentida en una forma visible, entonces se abre la posibilidad de pensar también cómo un cuerpo ajeno, un gesto, una mirada o una postura pueden ser captados como expresión de una interioridad que no es la propia.

Aquí aparece un primer movimiento de gran importancia. La reflexión estética sobre *Einfühlung* oscila entre dos polos. En uno, el énfasis cae sobre la actividad del sujeto: es él quien, por así decirlo, proyecta o vierte su vida interior en la forma contemplada. En el otro, el énfasis recae sobre la forma misma como portadora de una expresividad que el sujeto capta. Esta oscilación no es menor. De ella depende una cuestión que recorrerá toda la historia posterior del concepto: ¿la empatía es principalmente una proyección subjetiva o un acceso a una alteridad real? Dicho de otro modo, cuando comprendo algo del otro, ¿estoy descubriendo una interioridad ajena o estoy depositando en ella mis propios esquemas afectivos?

Ya en su fase estética, por tanto, la noción de empatía llevaba dentro de sí una tensión que nunca terminará de desaparecer. Por un lado, parecía ofrecer una vía para explicar cómo las formas sensibles se vuelven expresivas y vividas. Por otro, corría el riesgo de reducir esa expresividad a un efecto de la subjetividad del observador. Esta tensión será decisiva más adelante, cuando el concepto salga del ámbito de la experiencia estética y entre en la reflexión sobre otras personas. Porque entonces la pregunta adquirirá una gravedad completamente nueva: si lo que llamamos empatía no fuera más que proyección, el otro quedaría absorbido por el yo; pero si hubiera en ella un acceso genuino a la interioridad ajena, entonces el

concepto tendría una importancia filosófica mucho mayor que la de una simple metáfora estética.

Antes de llegar a ese desplazamiento, conviene comprender mejor qué estaba en juego en el origen. La estética de la *Einfühlung* no se interesaba sólo por emociones sueltas, sino por la relación entre cuerpo vivido y forma percibida. Cuando una figura arquitectónica se experimentaba como grave, ligera, tensa o armónica, no se trataba meramente de una asociación arbitraria. Había detrás la intuición de que el sujeto comprendía la forma a partir de su propia experiencia corporal de esfuerzo, equilibrio, elevación, peso o movimiento. La forma visible no era ajena del todo a la vida encarnada del sujeto; podía ser "leída" desde ella. Esto significa que, desde el comienzo, el trasfondo corporal del concepto era decisivo. No se trataba de una pura operación intelectual. La comprensión de la forma expresiva estaba ligada al hecho de que el sujeto mismo es un ser encarnado, dotado de una vida de tensiones, direcciones, resistencias y movimientos.

Esta raíz corporal tiene consecuencias filosóficas profundas. Indica que la empatía no nace como teoría abstracta de otras mentes, sino como problema del sentido encarnado. El sujeto no accede primero a un mundo de objetos mudos y luego añade interpretaciones afectivas desde fuera. Más bien habita un campo en el que ciertas formas aparecen ya como portadoras de dirección, de tono, de gesto o de expresión. Esto será fundamental cuando el concepto se aplique a la experiencia de otros seres humanos. El cuerpo ajeno no aparecerá sólo como masa física, sino como cuerpo expresivo, como portador visible de una interioridad. La genealogía estética prepara así una antropología implícita: la de un ser humano que no se manifiesta ante mí sólo como cosa, sino como presencia viviente.

Sin embargo, el paso de la estética a la filosofía de la alteridad no debe pensarse como una simple continuidad lineal. Hay un salto cualitativo decisivo. Comprender una forma artística o una figura espacial no es lo mismo que encontrarse con otro sujeto real. En la experiencia estética, el riesgo de proyectar significados propios puede ser relativamente tolerable o incluso constitutivo. En la relación con otra persona, en cambio, ese riesgo se vuelve moral y epistemológicamente más grave. Ya no se trata sólo de cómo siento una línea o una estatua, sino de cómo reconozco a alguien que posee una vida interior independiente de la mía. El concepto, al trasladarse, gana profundidad y también problema. Debe ahora justificar algo mucho más exigente: que mi acceso al otro no sea una simple ilusión proyectiva.

Esto explica por qué los antecedentes filosóficos de la empatía no pueden reducirse a la historia interna de una palabra. Lo que realmente está en juego es una vieja cuestión metafísica y fenomenológica: la cuestión del otro. ¿Cómo aparece ante mí otro ser humano? ¿Cómo sé que no es sólo un objeto entre objetos? ¿Cómo comprendo que ese cuerpo visible está habitado por una vida interior? ¿Qué estatuto tiene esa comprensión? ¿Es una inferencia, una analogía, una percepción especial, una interpretación inmediata, una proyección? La noción de empatía se volverá importante precisamente porque promete responder a este conjunto de preguntas sin caer ni en el solipsismo ni en la reducción del otro a mera hipótesis.

Los antecedentes filosóficos, en este sentido, son más antiguos que la palabra misma. Mucho antes de que la terminología moderna se estabilizara, la filosofía ya estaba ocupada por el problema de cómo se da el otro a la conciencia. La tradición moderna, especialmente

desde el giro hacia la subjetividad, había intensificado este problema. Si el punto de partida es la conciencia propia, ¿cómo se accede legítimamente a otra conciencia? Si sólo tengo experiencia inmediata de mis vivencias, ¿qué estatuto tiene mi relación con las vivencias ajenas? Estas preguntas no son todavía "sobre la empatía" en el sentido terminológico posterior, pero preparan el terreno en el que la empatía podrá ser pensada como respuesta posible.

De ahí que el nacimiento conceptual de la empatía no deba entenderse como una invención repentina, sino como la cristalización de varias inquietudes previas. Por un lado, la inquietud estética por la expresividad de las formas. Por otro, la inquietud filosófica por la presencia del otro. Y, además, una inquietud antropológica más amplia: la de cómo un ser encarnado comprende sentidos que no están primero dados como conceptos, sino como configuraciones vividas. La empatía surge en el cruce de estas tres líneas. No es desde el inicio una noción estrictamente moral; es una noción sobre el modo en que la interioridad se hace visible y el modo en que una conciencia se abre a aquello que no es ella misma.

Este origen ayuda a disipar un error contemporáneo muy frecuente: creer que la empatía es, ante todo, un gesto benevolente. Históricamente, el concepto no nace primero como un deber de bondad ni como una recomendación afectiva. Nace como un problema de experiencia y de sentido. Sólo después adquirirá el relieve moral que hoy tiene. Esto no significa que su dimensión ética sea secundaria o superficial, sino que no puede entenderse correctamente si se olvida su raíz más profunda. Antes de ser una virtud recomendada, la empatía fue una cuestión sobre cómo comparece la alteridad en el campo de la experiencia humana.

También se entiende mejor, desde aquí, por qué el concepto lleva siempre consigo una cierta inestabilidad. Como proviene de un terreno donde se entrecruzan proyección, percepción, corporeidad, expresividad y alteridad, nunca será un término completamente simple. Su historia lo condena, por así decirlo, a resistirse a las definiciones demasiado rápidas. Quien lo reduzca a emoción moral olvidará su raíz estética y fenomenológica. Quien lo reduzca a inferencia intelectual olvidará su espesor corporal y afectivo. Quien lo reduzca a proyección subjetiva olvidará la resistencia propia de la alteridad. Quien lo convierta en una virtud total olvidará que su primer problema era más básico: cómo se da el sentido del otro.

La reflexión estética aportó, por tanto, algo decisivo: mostró que la experiencia humana es ya, desde el comienzo, una experiencia de formas vividas, no de cosas enteramente opacas. El mundo aparece habitado por expresividad. El cuerpo no es sólo objeto; es gesto, postura, dirección, tono. Esta intuición hizo posible pensar que la interioridad ajena no tiene por qué ser una realidad totalmente escondida detrás de un cuerpo, como si el cuerpo fuese una envoltura muda. Puede, por el contrario, presentarse a través de él. El cuerpo visible se vuelve así el umbral entre exterioridad e interioridad, entre fenómeno y vida vivida. Allí se prepara el concepto moderno de empatía en su forma filosóficamente más fértil.

Pero precisamente porque ese umbral es delicado, la genealogía estética no resuelve todavía el problema. Sólo lo formula de manera nueva. Si el otro se me da a través de su cuerpo expresivo, ¿cómo evitar que esa captación sea una simple atribución subjetiva? ¿Qué diferencia hay entre percibir una expresión y proyectarla? ¿Cómo distinguir la comprensión genuina de la ilusión empática? Estas preguntas no desaparecen; se agudizan. Y esa agudización será

decisiva en el paso siguiente de la historia conceptual, cuando la noción se desplace desde la estética hacia la psicología y la fenomenología.

Por ahora, basta con retener tres ideas fundamentales de estos antecedentes.

La primera: la empatía no nace originariamente como sinónimo de bondad, sino como problema de relación entre interioridad y forma.

La segunda: su raíz está profundamente ligada a la corporeidad y a la experiencia de la expresividad, no sólo al razonamiento abstracto sobre estados mentales.

La tercera: desde el comienzo arrastra una tensión que será constitutiva de toda su historia posterior, la tensión entre proyección y acceso, entre lo que el sujeto pone y lo que realmente descubre en lo otro.

Sin comprender estas raíces, el concepto contemporáneo queda flotando en el aire moral del presente, como si siempre hubiera significado simplemente sensibilidad hacia el dolor ajeno. Pero no es así. Su origen muestra una densidad mucho mayor. La empatía surge allí donde el pensamiento intenta explicar cómo una exterioridad visible puede portar una interioridad significativa y cómo una conciencia puede abrirse a una experiencia que no es la suya sin destruirla ni reducirla a mera construcción propia.

Ése es su verdadero punto de partida. Y sólo desde ahí podrá entenderse con justicia el paso siguiente: el momento en que el concepto deja de pertenecer principalmente al campo de las formas estéticas y comienza a intervenir de manera decisiva en el problema psicológico y filosófico de las otras conciencias.

2.2. El problema de la interioridad ajena

Toda teoría seria de la empatía tropieza tarde o temprano con una dificultad filosófica fundamental: **la interioridad del otro no me es dada del mismo modo que la mía**. Yo no siento directamente su dolor como siento el mío. No habito desde dentro su conciencia. No tengo acceso inmediato a sus vivencias del mismo modo en que tengo acceso a mis propios estados. Sin embargo, en la vida ordinaria no tratamos a los demás como si fueran meros cuerpos opacos o mecanismos exteriores cuyo interior nos fuera completamente inaccesible. Vivimos, más bien, en la convicción práctica de que los otros sienten, piensan, temen, esperan, sufren, recuerdan, aman y padecen. La pregunta es entonces inevitable: ¿cómo se sostiene esa convicción? ¿Qué tipo de acceso tengo a la interioridad ajena?

Éste es el problema de fondo que convierte a la empatía en algo más que una virtud social o una disposición afectiva. La eleva al rango de cuestión filosófica mayor. Porque en ella se juega nada menos que el estatuto del otro como sujeto. Si no pudiera acceder de ningún modo a la interioridad ajena, el otro quedaría reducido a una exterioridad sin espesor, a una presencia observable pero radicalmente cerrada. Si, por el contrario, afirmara que accedo a ella con la misma inmediatez con que accedo a mis propias vivencias, borraría una diferencia esencial entre yo y tú. La dificultad consiste, por tanto, en pensar un acceso que sea real sin ser total, y una alteridad que sea comprensible sin dejar de ser alteridad.

Esta dificultad recorre de manera subterránea buena parte de la filosofía moderna. El giro hacia la subjetividad intensificó el problema porque volvió central la pregunta por el punto de partida del conocimiento. Si comienzo desde mi propia conciencia, desde mi experiencia inmediata, desde la evidencia de mis vivencias,

entonces el otro parece quedar situado en una posición problemática. Yo no poseo su interioridad como poseo la mía. Sólo veo un cuerpo, escucho palabras, observo gestos, reacciones, silencios, movimientos. ¿Cómo paso de ahí a afirmar que delante de mí no hay simplemente un organismo complejo, sino una subjetividad viviente? ¿Cómo evito tanto la ingenuidad como el escepticismo?

Aquí aparecen dos tentaciones simétricas. La primera consiste en resolver el problema demasiado rápido mediante la analogía: "yo tengo un cuerpo y una vida interior; el otro tiene un cuerpo semejante; por tanto, infiero que también posee una vida interior". Esta solución tiene cierta plausibilidad, pero resulta insuficiente. Porque en la experiencia ordinaria no vivimos al otro principalmente como una conclusión inferida. No decimos: "veo un cuerpo, por semejanza con el mío deduzco una mente". Más bien nos encontramos con alguien que ya aparece, de entrada, como enojado, asustado, abatido, avergonzado, alegre, herido. El otro no suele presentarse primero como objeto neutro al que luego añadimos una hipótesis mental. Comparece ya como alguien.

La segunda tentación es el escepticismo: dado que nunca tengo acceso directo a la vida interior del otro, toda afirmación sobre ella sería incierta, o a lo sumo una conjetura sin verdadero fundamento. Esta posición parece intelectualmente rigurosa, pero resulta existencialmente inverosímil. Si la siguiéramos hasta el final, la vida humana común se volvería incomprensible. La conversación, la amistad, la enseñanza, la educación, el consuelo, el perdón, el conflicto y hasta el lenguaje ordinario presuponen que el otro no es un enigma radicalmente clausurado. No significa esto que lo comprendamos por completo, sino que lo comprendemos de algún

modo suficiente como para vivir con él como con un sujeto y no como con una mera apariencia de sujeto.

La cuestión, entonces, no puede resolverse ni por la vía de la inferencia exterior ni por la vía del misterio absoluto. Hace falta una tercera posibilidad. Y es precisamente en este punto donde la noción de empatía comienza a mostrar su necesidad filosófica. La empatía intenta nombrar un tipo peculiar de relación en la que el otro se me hace presente como centro de experiencia sin dejar de ser otro. No como objeto físico al que agrego una hipótesis psicológica, ni como conciencia transparente a la que yo accedo desde dentro, sino como presencia expresiva cuya interioridad se manifiesta de modo indirecto pero real.

Éste es el núcleo del problema: **la interioridad ajena no se me da directamente como mía, pero tampoco me es enteramente inaccesible**. Se da de una manera propia, mediada por la expresión, por el cuerpo, por el gesto, por la voz, por la situación, por el estilo de presencia. Esta forma de darse exige una descripción cuidadosa. Porque no se trata ni de una percepción simple, ni de una deducción lógica pura, ni de una fusión afectiva. Es una relación compleja en la que el otro aparece precisamente como alguien cuya vida interior no coincide con la mía y, sin embargo, comparece ante mí de una manera suficiente como para reclamar reconocimiento.

Este problema puede formularse de una manera todavía más radical: ¿cómo se salva la alteridad? Porque si la interioridad del otro me fuera absolutamente extraña, no habría relación humana verdadera. Pero si me fuera plenamente transparente, el otro dejaría de ser otro. La alteridad desaparece tanto en la opacidad total como en la transparencia total. En el primer caso, el otro queda fuera de todo acceso. En el segundo, queda absorbido en mi propia

experiencia. La empatía, si ha de tener valor filosófico, debe ocupar el difícil espacio intermedio: el espacio donde el otro es accesible precisamente en cuanto irreductible.

Esta formulación permite comprender mejor por qué la empatía no puede ser definida como identificación total. Cuando alguien dice: "sé exactamente lo que sientes", suele creer que expresa la forma máxima de cercanía. Pero filosóficamente la frase es problemática. Si yo supiera exactamente lo que el otro siente en el mismo sentido en que sé lo que siento yo, la diferencia entre ambas interioridades quedaría borrada. Y entonces no estaría comprendiendo al otro como otro, sino reemplazándolo por una duplicación imaginaria de mí mismo. La empatía madura no consiste en abolir la distancia, sino en habitarla de manera comprensiva. No dice: "tu vivencia es ya mía". Dice algo mucho más sobrio y más difícil: "tu vivencia se me hace presente como tuya, y yo intento acercarme a ella sin suplantarla".

Este punto es decisivo porque protege al concepto de dos errores frecuentes. El primero es la proyección. Proyectar significa llenar la experiencia ajena con contenidos propios, como si comprender al otro consistiera en reproducirlo según nuestro propio esquema interior. El segundo es la apropiación. Apropiarse del otro significa creer que, por haber captado algo de su vivencia, ya poseemos su verdad completa. Ambos errores destruyen la alteridad. La proyección la reemplaza por el yo. La apropiación la clausura bajo una falsa seguridad interpretativa. En ambos casos, la relación con la interioridad ajena deja de ser humilde y se vuelve dominadora.

Por eso la reflexión sobre la interioridad ajena obliga a introducir un rasgo que luego será esencial en toda teoría fuerte de la empatía: la **humildad epistemológica**. Comprender al otro no es poseerlo.

Reconocer su experiencia no es agotarla. Captar algo de su sufrimiento no es haber llegado al fondo de él. El otro nunca se da del todo. Siempre queda una reserva, una zona no traducida por completo, una singularidad irreductible. Esta reserva no invalida la empatía; la funda como tarea infinita y limitada a la vez. Sólo porque el otro no está enteramente abierto ni enteramente cerrado puede haber un movimiento real de aproximación.

Dicho de otro modo: si el otro fuera una caja sellada, la empatía sería imposible; si fuera un libro completamente abierto, sería innecesaria. La empatía existe precisamente porque la interioridad ajena se manifiesta sin entregarse del todo. Se ofrece en signos, pero no se agota en ellos. Se expresa, pero no se traduce íntegramente. Se deja reconocer, pero conserva profundidad. Esta estructura hace posible la relación humana verdadera. Nos permite comprender sin dominar, acercarnos sin consumir, escuchar sin pretender omnisciencia.

Hay además un aspecto decisivo que no puede ser omitido: la relación con la interioridad ajena está mediada por el cuerpo. No accedemos al otro como a una entidad puramente mental escondida detrás de un objeto físico. El cuerpo ajeno no comparece simplemente como masa exterior. Comparece como gesto, postura, tono, dirección, modulación, presencia expresiva. Un rostro no es sólo una forma anatómica; puede aparecer como preocupado, tenso, agotado, abierto, herido, ausente. Una voz no es sólo vibración sonora; puede presentarse como quebrada, alegre, fría, contenida, temblorosa. Un silencio no es sólo ausencia de palabras; puede ser vergüenza, hostilidad, dolor o concentración. El cuerpo, en este sentido, es el lugar donde la interioridad no se deja poseer, pero sí se manifiesta.

Esto tiene una gran importancia filosófica porque corrige una imagen demasiado mentalista del problema. La pregunta no es simplemente cómo adivino “lo que ocurre dentro” del otro como si su cuerpo fuera una carcasa cerrada. La pregunta es cómo se me da una interioridad a través de una presencia encarnada que ya es expresiva. La empatía no tiene que inventar desde cero la vida interior del otro; responde a una presencia que ya se presenta cargada de sentido. El otro no es primero una cosa y luego una persona. Aparece ya, en gran medida, como persona. La tarea de la empatía consiste en afinar y profundizar ese reconocimiento, no en fabricar arbitrariamente una hipótesis psicológica.

Sin embargo, el hecho de que el cuerpo exprese no elimina la posibilidad del error. Precisamente porque la interioridad ajena no se da de manera absoluta, toda comprensión puede fallar. Podemos malinterpretar un gesto, exagerar una señal, leer como desprecio lo que era timidez, como frialdad lo que era defensa, como culpa lo que era confusión. Éste es otro de los motivos por los que el problema de la interioridad ajena no debe resolverse de manera ingenua. La empatía es posible, pero falible. Real, pero expuesta al equívoco. Necesaria, pero no infalible. Y esa falibilidad no es un accidente externo: pertenece a su propia condición.

El reconocimiento de esta falibilidad tiene consecuencias éticas importantes. Nos obliga a mantener la escucha abierta, a no convertir nuestras primeras intuiciones en sentencias, a no usar la empatía como coartada de una lectura excesivamente segura del otro. Una falsa certeza empática puede ser tan violenta como una indiferencia declarada. Creer que “ya sabemos” lo que otro vive puede impedir justamente que lo sigamos escuchando. Así, el problema de la interioridad ajena nos enseña una forma superior de

prudencia: comprender mucho sin apresurarse a creer que se ha comprendido todo.

También nos enseña algo sobre la verdad. La interioridad del otro no es una ficción irrelevante ni una proyección libre. Tiene realidad propia. Pero esa realidad no comparece como un objeto plenamente disponible. Comparece de un modo que exige interpretación, atención, tacto, contraste y a veces corrección. Por eso la relación con el otro no puede descansar sólo en la emoción ni sólo en la deducción. Requiere una inteligencia encarnada, una razón sensible, una forma de pensamiento que se deje afectar por la presencia ajena sin renunciar al discernimiento. La empatía, en su nivel más alto, será precisamente eso: una inteligencia de la alteridad vivida.

Conviene subrayar aquí una diferencia fundamental entre la propia interioridad y la ajena. Mi dolor me es dado en primera persona; el dolor del otro se me da en una modalidad distinta. No menos real, pero sí distinta. No lo siento como él lo siente. No lo poseo desde dentro. Lo reconozco en su expresión, en su situación, en el modo en que el mundo se le ha vuelto inhabitable o pesado. Esto significa que la empatía no anula la asimetría entre yo y tú. La conserva. Y esa conservación no es una carencia, sino una condición de posibilidad. Sólo porque el otro sigue siendo otro puede ser verdaderamente reconocido.

En el fondo, el problema de la interioridad ajena conduce a una verdad antropológica básica: el ser humano no vive aislado en su propia subjetividad ni fusionado con los demás, sino en una trama de accesibilidad parcial recíproca. Nos damos unos a otros de manera suficiente como para convivir, amar, discutir, herir, consolar y comprender; pero nunca de manera tan plena como para eliminar

del todo la distancia. Esta condición intermedia es, precisamente, el suelo de la empatía. No una transparencia total, no un encierro absoluto, sino una apertura incompleta y real.

Puede decirse, entonces, que el problema de la interioridad ajena prepara la definición más profunda de la empatía. La empatía no será un sentimiento añadido a la relación humana, sino una modalidad fundamental de acceso a la alteridad encarnada. Un acceso que reconoce interioridad sin apropiársela, que acepta la diferencia sin convertirla en abismo, que capta la presencia del otro como sujeto sin reducirla a una conjetura externa ni a una identidad ilusoria.

Ésa es la dificultad filosófica que el concepto deberá afrontar de aquí en adelante. Y de ella se sigue una exigencia crucial para todo el resto del libro: nunca podremos hablar con rigor de empatía si no recordamos que en ella se juega algo más que una reacción emocional. Se juega la posibilidad misma de una relación humana no bárbara con la interioridad del otro. Se juega la pregunta por cómo un yo puede salir de sí sin devorar aquello hacia lo cual sale. Se juega, en suma, la posibilidad de comprender sin poseer.

Con esto queda fijado el problema. El siguiente paso consistirá en observar cómo, a partir de esta dificultad, el concepto abandona progresivamente su matriz estética y comienza a ingresar en el vocabulario de la psicología, donde adquirirá nuevas funciones, nuevas simplificaciones y nuevos malentendidos.

2.3. De la estética a la psicología

El desplazamiento de la empatía desde la estética hacia la psicología marca uno de los momentos decisivos de su historia conceptual. No se trata de un simple cambio de disciplina, como si

la misma idea hubiera sido trasladada intacta desde un campo a otro. Se trata, más bien, de una transformación profunda del problema. En la estética, la cuestión central había sido cómo una forma visible puede ser experimentada como expresiva, como vivida, como cargada de dirección o de interioridad. En la psicología, en cambio, la pregunta pasa a ser otra: cómo comprendemos a otro ser humano como sujeto dotado de estados mentales, emociones, intenciones y experiencias propias. La diferencia es enorme. Ya no se trata sólo de la expresividad de las formas, sino del acceso a la vida psíquica ajena.

Este desplazamiento tuvo consecuencias ambivalentes. Por un lado, enriqueció el concepto. Lo llevó hacia el corazón de uno de los problemas humanos más importantes: la comprensión del otro. Lo vinculó con la vida interpersonal, con la afectividad, con la cognición social, con la formación del vínculo y con la posibilidad misma de una convivencia no puramente externa. Pero, por otro lado, también favoreció simplificaciones que todavía hoy pesan sobre el término. Una vez incorporada al vocabulario psicológico, la empatía comenzó a ser tratada cada vez más como una función subjetiva entre otras, como una habilidad mental o emocional cuya complejidad fenomenológica quedaba muchas veces reducida a esquemas más funcionales y menos finos.

Conviene entender bien este tránsito. La estética había mostrado que la experiencia humana no es puramente objetiva en el sentido de registrar formas neutras, sino que capta o proyecta en ellas una dimensión vivida. La psicología toma esa intuición y la reorienta: si el sujeto puede “leer” una forma como expresiva, con mayor razón puede enfrentarse a un ser humano cuyo cuerpo, voz y conducta aparecen como portadores de interioridad. El problema ya no es la

columna que parece erguida o la línea que parece tensa. El problema es el rostro que parece triste, la voz que parece quebrada, la postura que parece derrotada, el gesto que parece hostil o avergonzado. La experiencia humana cotidiana se convierte entonces en el laboratorio principal del concepto.

Este paso es decisivo porque altera el estatuto de la empatía. En la estética, podía pensarse todavía en términos de participación afectiva o de proyección vivida sobre formas. En la psicología, la cuestión exige mayor precisión, porque ahora se trata de estados reales de otro sujeto. El concepto comienza a ser exigido por problemas más concretos y más graves: cómo reconocemos emociones ajenas, cómo entendemos intenciones, cómo interpretamos expresiones, cómo nos conmovemos ante el sufrimiento de otro, cómo nos orientamos en la vida social y relacional. La empatía empieza a ingresar así en el terreno de las funciones psicológicas y deja de ser sólo una noción estética o fenomenológica de alcance restringido.

Sin embargo, esta entrada en la psicología tuvo un precio. Para volverse operativa en el nuevo campo, la empatía comenzó a descomponerse en elementos más manejables. Se la asoció con la imitación interna, con la proyección emocional, con la identificación, con la capacidad de ponerse en el lugar del otro, con la percepción de estados afectivos, con la sensibilidad interpersonal. Ninguna de estas aproximaciones es enteramente falsa. Pero la multiplicidad misma de usos revela una dificultad: el concepto empieza a dispersarse. La pregunta originaria por la estructura de la relación con la alteridad se traduce poco a poco en un conjunto de procesos psicológicos parciales. Lo que se gana en aplicabilidad se puede perder en profundidad.

Esta pérdida no debe entenderse como un simple empobrecimiento académico. Tiene consecuencias duraderas en el uso contemporáneo del término. Cuando la empatía entra en la psicología como "habilidad", "competencia" o "función", se vuelve más fácil tratarla como algo medible, entrenable o describible en términos conductuales. Eso tiene ventajas prácticas evidentes. Permite estudiar diferencias individuales, analizar trastornos, pensar la educación emocional, comprender mejor ciertas dificultades relacionales. Pero, al mismo tiempo, favorece la ilusión de que el concepto queda ya suficientemente comprendido cuando se lo ubica entre otras capacidades psíquicas. Y no es así. La psicología puede describir procesos implicados en la empatía; no por eso agota su sentido filosófico.

Lo que ocurrió, en el fondo, es que la empatía empezó a moverse entre dos registros. En uno, seguía conservando algo de su densidad fenomenológica: era una forma de acceso a la experiencia ajena, una modalidad singular de presencia del otro como sujeto. En otro, pasaba a nombrar mecanismos más delimitados: resonancia emocional, percepción de estados, capacidad de perspectiva, identificación imaginativa. El problema es que estos dos registros no siempre permanecieron bien diferenciados. A veces se los confundió. Y esa confusión preparó muchas de las ambigüedades posteriores del término. Cuando hoy se habla de empatía, a menudo no queda claro si se está aludiendo a una estructura fundamental del reconocimiento del otro o a una habilidad psicológica específica.

Esta oscilación se ve ya en un hecho decisivo: a partir de su incorporación al vocabulario psicológico, la empatía comienza a ser pensada a veces como fenómeno eminentemente afectivo y otras

como fenómeno eminentemente cognitivo. En el primer caso, se insiste en el "sentir con" el otro, en la resonancia emocional, en la participación en su estado afectivo. En el segundo, se destaca la comprensión de su perspectiva, la capacidad de imaginar su situación, de captar su punto de vista o de inferir sus estados internos. Ambas líneas recorrerán toda la historia posterior del concepto. Y aunque ambas tocan dimensiones reales de la empatía, ninguna logra, por sí sola, captarla completamente.

La psicología, al hacer visible esta dualidad, realiza una contribución importante, pero también introduce una tentación de partición excesiva. Si la empatía se divide demasiado rígidamente entre afecto y cognición, se corre el riesgo de perder precisamente la unidad viva de la experiencia interpersonal. Porque en la vida ordinaria no accedemos al otro primero como dato puramente emocional y luego como problema cognitivo, ni viceversa. Más bien nos encontramos con alguien cuya presencia nos afecta y a la vez nos hace pensar, cuya expresión sentimos e interpretamos, cuya situación intuimos y tratamos de comprender. La empatía real no siempre sigue el orden analítico de nuestros conceptos. La psicología puede distinguir componentes; pero si olvida su articulación concreta, el fenómeno se fragmenta.

Hay otro cambio importante en este tránsito. En el ámbito estético, el problema de la proyección podía todavía ser pensado de manera relativamente neutra. En la psicología, en cambio, la proyección se vuelve un riesgo metodológico central. Si entender al otro consiste simplemente en trasladar sobre él mis propios estados, entonces no lo comprendo realmente; lo duplico según mi medida. Por eso el paso a la psicología obliga a afinar más la diferencia entre empatía e identificación. La identificación tiende a borrar la diferencia entre yo

y tú. La empatía, para no corromperse, debe conservarla. Este punto se volverá cada vez más importante a medida que el concepto avance hacia la fenomenología y hacia las teorías contemporáneas de la intersubjetividad.

También cambia el lugar de la corporalidad. En la estética, el cuerpo del sujeto servía sobre todo como trasfondo viviente desde el cual se experimentaban las formas. En la psicología, el cuerpo ajeno pasa al primer plano como medio de expresión de estados interiores. El rostro, la postura, el gesto, la voz y el movimiento se convierten en elementos centrales para entender cómo el otro aparece como portador de mente y emoción. Esta transformación es decisiva. La empatía deja de ser sólo una participación afectiva en formas percibidas y comienza a ser una lectura —si se quiere, una lectura viviente— del cuerpo expresivo del otro. La relación con la interioridad ajena ya no se plantea contra el cuerpo, sino a través de él.

Pero justamente aquí aparece una dificultad que acompañará al concepto desde entonces: ¿hasta qué punto esta "lectura" del otro es inmediata y hasta qué punto es interpretativa? La psicología osciló muchas veces entre ambas opciones. En algunos enfoques, parecía que reconocemos estados ajenos de manera casi directa, como si la tristeza, la ira o el miedo estuvieran ya visibles en la expresión misma. En otros, se subrayaba el papel de la interpretación, del contexto, de la experiencia previa y de los esquemas cognitivos. Esta oscilación no es secundaria. De ella depende si la empatía se piensa como una suerte de percepción especial o como una construcción compleja. Y de esa decisión derivan consecuencias para su valor epistémico y moral.

El paso de la estética a la psicología hace visible, además, otro fenómeno: la tendencia a normalizar la empatía como capacidad humana diferencial. Una vez situada en el lenguaje psicológico, la pregunta ya no es sólo qué es la empatía, sino quién la tiene en mayor o menor grado, cómo se desarrolla, cómo falla, cómo puede entrenarse, cómo se altera en determinadas patologías o rasgos de personalidad. El concepto entra así en el terreno de las diferencias individuales. Esto es comprensible y en muchos sentidos fecundo. Pero introduce una nueva simplificación posible: concebir la empatía casi exclusivamente como rasgo medible del individuo, en lugar de pensarla también como estructura de la relación o como fenómeno que depende del contexto, del vínculo, del lenguaje y de la situación moral concreta.

La psicologización del término favoreció, por tanto, dos movimientos simultáneos. Uno hacia la especificación, que permitió distinguir procesos, componentes y variaciones. Otro hacia la individualización, que hizo de la empatía una propiedad del sujeto, a veces concebida como recurso personal o déficit personal. Ambos movimientos son útiles, pero pueden ocultar una verdad más básica: que la empatía no es sólo algo que uno “posee”, sino algo que ocurre en la relación con una alteridad concreta y en un mundo compartido de significados. No es sólo un rasgo interno; es también una forma de comparecencia del otro y una modalidad de respuesta ante él.

Hay que subrayar, además, que la entrada del término en la psicología no significa todavía su conversión plena en un ideal moral. En esta fase, la empatía sigue siendo, ante todo, un fenómeno de comprensión interpersonal. Su valor ético está implícito, pero no siempre tematizado de forma dominante. Se la estudia como clave

para entender las relaciones humanas, la vida emocional y la cognición social. Será más adelante, cuando el concepto salga del lenguaje técnico y se instale en el espacio cultural amplio, cuando adquiera ese brillo moral casi automático que hoy posee. Sin embargo, la psicología ya prepara ese destino, porque al mostrar la importancia de la empatía para la vida relacional la vuelve fácilmente candidata a ser celebrada como virtud general.

También aquí aparece una ambigüedad duradera. Cuanto más la psicología muestra que la empatía es valiosa para el vínculo humano, más fácil se vuelve absolutizarla. Pero el hecho de que una facultad sea importante no la convierte en criterio suficiente del bien. Comprender mejor al otro puede hacer más humano el trato, más fino el juicio o más cuidadosa la respuesta; no por eso decide por sí solo qué debe hacerse. La psicología abre el camino hacia una moralización futura del término, pero no la justifica automáticamente. Esta diferencia deberá ser recordada más adelante, cuando el concepto se encuentre ya inflado por el prestigio cultural contemporáneo.

En el plano más profundo, lo que el paso a la psicología consigue es colocar la empatía en el centro de una pregunta nueva: **cómo es posible una relación humana en la que el otro no sea ni opaco ni transparente**. La estética había insinuado esta pregunta a través de la expresividad de las formas. La psicología la vuelve existencialmente concreta. Ahora se trata del dolor, la alegría, la vergüenza, el miedo, el deseo, la intención y la comprensión mutua. El concepto empieza a tocar la vida ordinaria de manera directa. Pero en ese mismo movimiento aumenta la presión para simplificarlo, dividirlo o convertirlo en habilidad funcional.

Por eso este momento de la historia conceptual debe ser juzgado con equilibrio. No hay que idealizar el origen estético como si hubiese guardado una pureza perdida, ni despreciar la psicología por haber "rebajado" el concepto. La transición era necesaria. Sin ella, la empatía habría quedado confinada a un ámbito demasiado estrecho. Gracias a ella, el término pudo volverse relevante para pensar la intersubjetividad concreta. Pero tampoco hay que ignorar los costos de esta transición: fragmentación, psicologización excesiva, reducción a rasgo individual, oscilación inestable entre afecto y cognición, y tendencia a olvidar el problema filosófico de fondo en favor de una descripción más instrumental.

La lección de este apartado podría formularse así: cuando la empatía pasa de la estética a la psicología, gana realidad interpersonal y pierde, en parte, unidad conceptual. Comienza a nombrar algo indispensable para comprender la vida humana con otros, pero lo hace a costa de dispersarse en funciones y capacidades que no siempre conservan la profundidad originaria del problema. A partir de aquí, el desafío será doble: aprovechar lo que la psicología ha mostrado acerca de la vida relacional sin dejar que el concepto se vuelva una suma de mecanismos parciales o un simple índice de sensibilidad individual.

Queda entonces preparado el siguiente paso. Una vez instalada en el terreno psicológico, la empatía empezará a entrar también en el lenguaje común, en la moral ordinaria y en la cultura de la sensibilidad moderna. Allí su destino cambiará otra vez. Dejará de ser sólo un problema sobre cómo comprendemos al otro para convertirse, progresivamente, en una palabra prestigiosa, casi obligatoria, cargada de valor normativo y expuesta a nuevas deformaciones. Antes de llegar a eso, conviene examinar con más

detalle el momento en que el concepto entra realmente en circulación amplia y comienza a formar parte del vocabulario contemporáneo.

2.4. La entrada del término en el vocabulario contemporáneo

El momento en que “empatía” entra de manera estable en el vocabulario contemporáneo no es sólo un episodio léxico. Es una mutación cultural. Mientras el término permanecía relativamente ligado a la estética, a la fenomenología o a la psicología especializada, seguía siendo una noción de circulación restringida, sometida todavía a cierta vigilancia conceptual. Pero cuando empieza a salir de esos marcos y a instalarse en el lenguaje común, en la educación, en la clínica, en los medios, en los discursos públicos y en la moral cotidiana, cambia de función. Ya no nombra sólo un problema de comprensión intersubjetiva; empieza a funcionar como una palabra de alta densidad normativa. No describe únicamente una capacidad; también prescribe una actitud, distribuye prestigio moral y organiza expectativas sobre la forma correcta de tratar al otro.

Este paso no ocurrió de manera brusca, sino gradual. A medida que la psicología moderna fue consolidando un lenguaje sobre las emociones, la personalidad, el desarrollo afectivo y la vida relacional, ciertos términos técnicos o semitécnicos comenzaron a abandonar el espacio de los especialistas y a mezclarse con la autocomprensión ordinaria de las personas. “Empatía” fue uno de los más exitosos. Su éxito no fue casual. El término ofrecía una ventaja extraordinaria: parecía unir dos exigencias que la modernidad tardía valora intensamente. Por un lado, la exigencia de reconocer la interioridad del otro. Por otro, la exigencia de hacerlo de una manera que no sonara ni doctrinal ni autoritaria, sino humana,

sensible y psicológicamente refinada. La palabra tenía, por así decirlo, el tono exacto de una época que quería ser al mismo tiempo más subjetiva y más moral.

Esto explica una parte importante de su expansión. “Empatía” no irrumpió en el lenguaje contemporáneo como un concepto neutro, sino como una palabra apta para mediar entre varias transformaciones culturales. Era útil para un mundo más atento a la experiencia subjetiva, más sensible al sufrimiento psíquico, más desconfiado de las formas rígidas de autoridad y más inclinado a valorar la escucha, la validación y la comprensión interpersonal. En ese contexto, el término ofrecía una solución simbólica poderosa: permitía nombrar una relación con el otro que no se presentaba ni como obediencia a normas frías ni como simple sentimentalismo privado, sino como una forma humanamente legítima de reconocimiento.

A partir de ahí, la palabra comenzó a ocupar un lugar cada vez más amplio. Entró en la pedagogía como ideal de formación emocional. Entró en la clínica como cualidad deseable del acompañamiento. Entró en el discurso familiar como exigencia relacional. Entró en el lenguaje político como señal de sensibilidad pública. Entró en la cultura organizacional como competencia interpersonal. Entró incluso en la autoevaluación moral de las personas: tener o no tener empatía empezó a funcionar como un indicador casi inmediato de madurez humana. El término dejó de pertenecer principalmente al análisis especializado y se convirtió en una pieza central del imaginario moral corriente.

Pero precisamente este éxito produjo un efecto ambivalente. Cuanto más se extendía el uso de la palabra, más aumentaba su prestigio; y cuanto más aumentaba su prestigio, más difícil se volvía delimitar

con precisión qué significaba en cada contexto. El término se fue cargando de connotaciones positivas tan amplias que comenzó a volverse casi incontestable. Decir que alguien “carece de empatía” pasó a ser una crítica muy severa, casi equivalente a acusarlo de una deficiencia humana de base. Decir que una postura o una institución “debería tener más empatía” pasó a funcionar como una exigencia cuya legitimidad parecía evidente por sí misma. La palabra ya no necesitaba demasiada argumentación; su sola invocación producía un efecto normativo.

Aquí aparece una transformación decisiva. En su entrada en el vocabulario contemporáneo, la empatía deja de ser sólo una cuestión acerca de cómo comprendemos al otro y se convierte en una cuestión acerca de cómo debemos ser. Es decir, pasa del plano predominantemente descriptivo al plano prescriptivo. Se vuelve una virtud deseable, o al menos una señal de calidad moral. Y con ello adquiere una fuerza nueva, pero también una nueva vulnerabilidad. Porque cuando una palabra gana prestigio normativo, corre el riesgo de ser usada no sólo para clarificar, sino también para moralizar de manera imprecisa. La empatía comienza entonces a operar como criterio de legitimación, de censura y de distribución simbólica del bien y del mal.

Este fenómeno merece ser examinado con cuidado. Una cosa es que el término haya ganado importancia porque realmente toca algo central en la vida humana. Y otra cosa es que, por ese mismo motivo, haya empezado a ser utilizado como palabra-resumen de toda rectitud moral. En el lenguaje contemporáneo, “empatía” comenzó a ocupar un lugar semántico muy atractivo: permitía criticar la frialdad sin apelar a moralismos tradicionales; permitía exigir reconocimiento sin formularlo en términos demasiado duros;

permitía rechazar la crueldad sin necesidad de entrar siempre en discusiones teóricas complejas. En ese sentido, el concepto parecía extraordinariamente útil. Pero esa misma utilidad lo expuso a una sobrecarga. Se le empezaron a pedir tareas que excedían su estructura propia.

Así, el término se volvió cada vez más expansivo. A veces nombraba la comprensión de la experiencia ajena. Otras veces, la disposición a escuchar. Otras, la sensibilidad frente al dolor. Otras, la suspensión del juicio. Otras, la validación emocional. Otras, la bondad interpersonal. Otras, la compasión. Otras, la capacidad de no herir. Otras incluso, una cierta postura política de reconocimiento de grupos oprimidos. Todas estas extensiones tenían alguna conexión parcial con el núcleo del concepto, pero no eran idénticas a él. Sin embargo, en la circulación cultural amplia, estas distinciones rara vez se mantuvieron con rigor. El vocabulario contemporáneo acogió el término más como emblema afectivo-moral que como noción cuidadosamente delimitada.

No debe sorprender, entonces, que la palabra se haya vuelto especialmente apta para ciertos desplazamientos. Uno de ellos ya lo hemos visto: la identificación entre empatía y aprobación. En un contexto donde “empatizar” adquiere resonancia moral fuerte, disentir de alguien que se presenta como herido puede parecer inmediatamente sospechoso. Otro desplazamiento importante es la identificación entre empatía y visibilidad emocional. Cuanto más la cultura valora la expresión afectiva, más tiende a llamar empática a toda postura que se muestra intensamente receptiva o verbalmente compasiva, aunque no haya todavía comprensión profunda. Un tercer desplazamiento es la absorción del término por el campo terapéutico ampliado: la empatía comienza a sonar no sólo como

comprensión del otro, sino como una suerte de derecho afectivo a ser acogido en la propia vivencia sin demasiada resistencia externa.

El ingreso del término en la cultura contemporánea está ligado, por tanto, a un cambio en el régimen mismo del discurso moral. En épocas más normativas o más centradas en principios universales, la discusión sobre el bien y el mal tendía a apoyarse en nociones como deber, justicia, verdad, virtud, responsabilidad, culpa o carácter. En la cultura contemporánea, sin que estas palabras hayan desaparecido del todo, ha aumentado el peso de términos vinculados a la experiencia vivida, al daño, al reconocimiento y a la sensibilidad interpersonal. "Empatía" prospera precisamente en este nuevo ecosistema moral. Se vuelve una palabra-puente entre psicología y ética, entre interioridad y convivencia, entre sufrimiento y legitimidad.

Pero un puente puede volverse también un atajo. Y eso es, en parte, lo que ha sucedido. La palabra empezó a ahorrar trabajo conceptual. En lugar de distinguir con cuidado entre escuchar, comprender, validar, compadecer, absolver, justificar o amar, se empezó a decir simplemente "empatizar". La complejidad de la respuesta humana al otro quedó a veces resumida en una sola exigencia. Esto dio al discurso moral contemporáneo una apariencia de refinamiento afectivo, pero al precio de cierta pobreza analítica. El término se volvió útil precisamente porque evitaba demasiadas distinciones. Y toda palabra que triunfa por su capacidad de evitar distinciones termina expuesta a una seria degradación.

Conviene notar, además, que la entrada del término en el vocabulario contemporáneo coincidió con una ampliación de la autoridad cultural del sufrimiento subjetivo. No significa esto que antes el sufrimiento no existiera o no importara, sino que comenzó a

ocupar un lugar mucho más central en la legitimación de demandas, interpretaciones e identidades. En ese contexto, la empatía se convirtió en la disposición adecuada frente a un mundo en el que cada vez más conflictos se presentan en clave de herida, exclusión, trauma, agravio o falta de reconocimiento. La palabra pareció ofrecer la actitud justa ante esa centralidad de la vulnerabilidad. Pero al hacerlo, quedó muy expuesta a que la comprensión del daño derivara silenciosamente en la suspensión del examen crítico.

Ésta es una de las razones por las cuales la entrada del término en el vocabulario contemporáneo no puede celebrarse sin reservas. Sin duda, ha contribuido a corregir cegueras importantes. Ha ayudado a que se reconozcan formas de sufrimiento antes banalizadas. Ha permitido humanizar tratos, prácticas y discursos que podían resultar excesivamente duros o impersonales. Ha favorecido una cultura de mayor atención a la interioridad. Todo esto es real. Pero también ha facilitado nuevas confusiones: la idea de que toda herida confiere razón, de que todo juicio es una forma sospechosa de dureza, de que toda corrección hiere, de que comprender debe equivaler a convalidar, de que la sensibilidad visible es ya una forma suficiente de bondad.

A medida que el término se extendía, empezó además a adquirir un valor reputacional. No bastaba con ser justo, verdadero o responsable; había que parecer también empático. La palabra comenzó a funcionar como una credencial moralmente moderna. Tener empatía, mostrarla, declararla, exigirla o denunciar su ausencia se volvió parte del estilo ético dominante. Y allí donde una palabra entra en el terreno de la reputación, se multiplica el riesgo de su uso performativo. Es decir: empieza a ser importante no sólo comprender de verdad al otro, sino ser visto como alguien que

comprende. La empatía, entonces, puede convertirse en gesto, en retórica, en capital simbólico. Y cuanto más ocurre esto, más se separa el nombre del acto real que debería designar.

Este fenómeno es especialmente visible en el espacio público. La apelación a la empatía suele presentarse como una forma de superioridad moral frente al frío tecnicismo, frente a la violencia verbal o frente a la indiferencia. A veces lo es con toda justicia. Pero otras veces funciona como una forma rápida de deslegitimación. Quien no adopta el tono esperado, quien introduce un matiz incómodo, quien distingue entre experiencia y verdad, quien se resiste a cierta lectura afectivamente dominante, puede ser acusado de falta de empatía aunque no esté negando la humanidad de nadie. El término se vuelve así un instrumento de presión simbólica. En vez de abrir el espacio de comprensión, puede cerrarlo prematuramente.

Hay, sin embargo, una razón profunda por la cual la palabra logró este lugar central y no otra. “Empatía” une, en una sola figura, algo que la conciencia contemporánea desea intensamente: la posibilidad de ser moral sin parecer doctrinal, de cuidar sin apelar a normas demasiado rígidas, de reconocer al otro sin comprometerse con sistemas éticos demasiado exigentes. El término parece ofrecer una ética mínima de gran legitimidad afectiva. Y eso explica parte de su hegemonía. Pero también explica su fragilidad. Porque una ética mínima basada en una palabra de alto prestigio corre siempre el riesgo de simplificar aquello mismo que pretende humanizar.

Por eso, comprender la entrada de la empatía en el vocabulario contemporáneo exige una doble mirada. Hay que reconocer la verdad histórica y moral de su expansión: el término responde a una necesidad real de humanización de nuestras relaciones y de

nuestras instituciones. Pero también hay que ver el costo conceptual de ese éxito: la palabra se vuelve cada vez más amplia, más prestigiosa y más difícil de discutir; empieza a funcionar como signo de sensibilidad correcta antes que como concepto preciso; y se hace particularmente vulnerable a la inflación, a la ambigüedad y a la instrumentalización.

Podría decirse, en síntesis, que el destino contemporáneo de la empatía es el de toda palabra que pasa de un ámbito especializado a un horizonte cultural amplio con una enorme carga moral: gana poder social y pierde nitidez conceptual. Su circulación se amplía, su autoridad aumenta y su uso se vuelve cada vez menos controlado. A partir de entonces, el problema ya no será sólo qué significaba originariamente el término, sino qué está haciendo culturalmente entre nosotros. Y la respuesta a esa pregunta es ambivalente: está corrigiendo brutalidades reales, pero también está favoreciendo nuevas formas de confusión, de sentimentalización y de bloqueo del juicio.

Este recorrido histórico permite entender mejor la situación presente. La empatía no es hoy sólo un concepto heredado de tradiciones filosóficas o psicológicas. Es una palabra plenamente inserta en la sensibilidad cultural contemporánea. Y precisamente por eso necesita ser pensada de nuevo. No para desautorizar su valor, sino para rescatarlo de la inflación que su propio éxito ha producido.

Con esto se vuelve posible el paso siguiente: examinar qué ganó y qué perdió el término en ese proceso de popularización, es decir, cuáles fueron las ganancias humanas y cuáles las pérdidas conceptuales derivadas de haberse convertido en una palabra central del lenguaje moral de nuestro tiempo.

2.5. Ganancias y pérdidas de su popularización

La popularización de la empatía no debe ser juzgada de manera unilateral. Sería torpe verla sólo como un empobrecimiento conceptual, del mismo modo que sería ingenuo verla sólo como un progreso moral. Como ocurre con casi todo fenómeno cultural de gran alcance, su expansión ha producido al mismo tiempo **ganancias reales y pérdidas importantes**. Sólo una mirada sobria puede hacer justicia a ambas cosas. De lo contrario, caeríamos en uno de dos errores simétricos: o bien lamentaríamos la difusión del término como si toda circulación amplia degradara necesariamente el pensamiento, o bien celebraríamos esa difusión como si el simple prestigio social de una palabra bastara para probar su verdad.

La primera gran ganancia de la popularización es evidente: la empatía ha contribuido a **hacer visible la interioridad del otro** en contextos donde antes esa interioridad podía ser tratada con rudeza, abstracción o indiferencia. Allí donde predominaban formas de juicio excesivamente rápidas, impersonales o disciplinarias, la apelación a la empatía ha obligado a recordar que las decisiones y los conflictos afectan a seres humanos concretos, no sólo a roles, funciones o categorías. Ha corregido, al menos en parte, una larga tradición de sequedad moral. Ha servido para introducir una pregunta que no siempre era escuchada con suficiente fuerza: ¿qué está viviendo realmente esta persona?

Esta corrección ha sido particularmente fecunda en ámbitos como la educación, la clínica, el cuidado, la crianza y la vida familiar. En todos ellos, la popularización del término ha ayudado a cuestionar estilos relacionales basados en la mera imposición, en la distancia afectiva o en la ceguera frente al sufrimiento subjetivo. Ha hecho ver que entender a alguien no es una concesión sentimental, sino una

parte importante de cualquier trato humanamente serio. Gracias a esta expansión, muchas prácticas se han vuelto menos brutales, menos humillantes y menos indiferentes a la singularidad de la experiencia. No es un logro menor.

La segunda ganancia consiste en haber vuelto culturalmente más plausible una verdad antropológica fundamental: que el otro no es sólo un obstáculo, un recurso o un objeto de administración, sino un centro de experiencia. La popularización de la empatía ha contribuido a debilitar formas muy burdas de cosificación. Ha recordado que el vínculo humano exige algo más que eficacia, corrección externa o cumplimiento formal. En una cultura marcada por la aceleración, por la tecnificación de las relaciones y por la fragmentación social, el término ha servido muchas veces como resistencia verbal contra el endurecimiento del trato humano. Allí donde la eficiencia amenaza con absorberlo todo, la empatía reaparece como recordatorio de la densidad irreductible del otro.

La tercera ganancia es que el término ha ofrecido un lenguaje relativamente accesible para nombrar una exigencia real que antes podía quedar atrapada entre dos extremos igualmente pobres: o una moral abstracta incapaz de tocar la experiencia concreta, o una pura sensibilidad privada sin forma conceptual. “Empatía” ha funcionado, en muchos contextos, como una mediación útil. Ha permitido decir algo verdadero sin necesidad de recurrir siempre a construcciones teóricas complejas. En esto reside parte de su fuerza cultural. No todas las personas necesitan un aparato filosófico para comprender que hay que intentar situarse ante la experiencia del otro con mayor atención y menor dureza. La palabra ha hecho posible esa toma de conciencia en registros cotidianos.

La cuarta ganancia es de orden crítico. La popularización de la empatía ha servido para denunciar formas de violencia que antes quedaban encubiertas por su normalidad social. Hay modos de trato, de juicio, de ironía, de autoridad y de organización institucional que no parecen violentos desde fuera y, sin embargo, producen una devastación real en la interioridad de las personas. La sensibilidad cultural asociada al término ha ayudado a identificar algunas de estas formas de ceguera. Ha vuelto más difícil naturalizar ciertas crueldades menores pero persistentes: la humillación pedagógica, la indiferencia burocrática, el desprecio emocional, la corrección sin escucha, la autoridad sin comprensión del daño que produce.

Hasta aquí, las ganancias son claras. Pero precisamente porque son reales, hay que evitar que encubran las pérdidas. Y éstas son profundas.

La primera gran pérdida es **la pérdida de precisión conceptual**. A medida que la palabra se volvió común, fue significando demasiadas cosas a la vez. Ya no quedó claro si se hablaba de comprensión de la experiencia ajena, de sensibilidad emocional, de validación, de compasión, de amabilidad, de escucha, de suspensión del juicio o de bondad en general. El término ganó amplitud, pero perdió contorno. Y un concepto sin contorno no deja de circular, pero se vuelve intelectualmente menos útil. Puede inspirar, conmover o acusar; orienta peor.

Esta pérdida de precisión no es sólo un problema teórico. Tiene consecuencias prácticas directas. Cuando no distinguimos bien entre empatía, aprobación, compasión y justificación, empezamos a responder mal a situaciones humanas complejas. Llamamos empatía a una blandura que no sabe corregir. Llamamos falta de empatía a un juicio justo pero incómodo. Llamamos comprensión a

una validación indiscriminada. Llamamos humanidad a una renuncia al criterio. En ese punto, el término deja de ayudarnos a pensar mejor y empieza a facilitar errores morales.

La segunda gran pérdida es la **moralización excesiva del concepto**. Al volverse una palabra prestigiosa, la empatía dejó de ser sólo una capacidad importante para convertirse en una especie de credencial ética general. Tener empatía empezó a sonar casi como sinónimo de ser una buena persona. Carecer de ella, como signo casi definitivo de una falla moral grave. Pero esta amplificación produce simplificaciones peligrosas. Una persona puede ser relativamente empática y al mismo tiempo injusta, manipuladora, parcial o incapaz de sostener la verdad. Otra puede ser poco cálida en las formas y, sin embargo, muy justa y muy capaz de comprender. La popularización del término ha favorecido, muchas veces, una evaluación moral demasiado rápida basada en estilos afectivos visibles.

La tercera pérdida es la **sentimentalización de la comprensión**. A medida que la empatía se fue integrando en una cultura de la emoción expresiva, tendió a confundirse con el sentir intenso ante el otro. La profundidad comprensiva fue sustituida con frecuencia por la intensidad de la reacción. Parecer muy afectado comenzó a funcionar como prueba de humanidad. Pero esto ha debilitado la exigencia más difícil de la empatía: comprender sin fundirse, dejarse tocar sin perder forma, acercarse a la vivencia ajena sin convertir la propia conmoción en centro de la escena. La popularización ha premiado a menudo la visibilidad emocional más que la inteligencia silenciosa de la alteridad.

La cuarta pérdida es la **debilitación del juicio**. Éste es uno de los efectos más graves. A medida que la empatía adquirió centralidad

moral, fue creciendo la sospecha contra todo juicio que no apareciera envuelto de manera inmediata en sensibilidad visible. La corrección comenzó a parecer dureza. La distinción, frialdad. La objeción, violencia. El simple hecho de no ratificar una interpretación ajena podía ser leído como carencia de empatía. En ese clima, el juicio no desaparece, pero se ejerce con culpa, con temor o con debilidad. La comprensión deja de humanizar la crítica y pasa a competir con ella. Y el resultado es una cultura menos capaz de sostener desacuerdos con hondura.

La quinta pérdida es la **confusión entre experiencia y verdad**. La popularización del término ha coincidido con una creciente centralidad del sufrimiento subjetivo como fuente de legitimación. Esto ha producido una deriva peligrosa: la tendencia a convertir la intensidad de la vivencia en una suerte de prueba implícita de verdad. Si alguien se siente profundamente herido, se presupone con facilidad que su lectura de los hechos debe ser correcta o, al menos, inmune a objeción inmediata. La empatía, en este contexto, ya no significa sólo reconocer la realidad de la experiencia, sino abstenerse de distinguir entre la verdad de esa vivencia y la verdad de la interpretación que se hace de ella. Es una pérdida intelectual de gran alcance.

La sexta pérdida es la **facilidad de instrumentalización**. Una palabra prestigiosa y conceptualmente expandida se vuelve especialmente apta para usos estratégicos. “Empatía” puede ser invocada para pedir comprensión genuina, pero también para bloquear discusiones, para desplazar la atención desde los hechos hacia la supuesta insensibilidad del interlocutor, para reclamar inmunidad crítica o para adquirir superioridad moral en un intercambio. Cuanto más prestigiosa es una palabra y menos

delimitada está, más utilizable resulta como herramienta retórica. La popularización del término ha aumentado, sin duda, esta posibilidad.

La séptima pérdida es más sutil: la **reducción arquitectónica del campo moral**. A medida que la empatía se volvió central, otras nociones decisivas fueron perdiendo espesor en el imaginario común o quedaron subordinadas a ella. La verdad empezó a ser sospechosa si no se presentaba de manera empática. La justicia quedó muchas veces traducida a sensibilidad frente al dolor. El amor fue confundido con validación emocional. La fortaleza se volvió incómoda. El discernimiento apareció como una forma fría de distancia. La vida moral dejó así de percibirse como una arquitectura compleja de virtudes y exigencias, y empezó a simplificarse en torno a un ideal dominante de sensibilidad relacional. La empatía ganó centralidad a costa de una cierta pobreza en la articulación del bien.

Hay aún una pérdida adicional que conviene nombrar: la **superficialización pedagógica del término**. Cuanto más común se volvió la palabra, más fácil fue enseñarla o recomendarla de manera banal. “Hay que tener empatía”, “hay que ponerse en el lugar del otro”, “hay que validar emociones”, “hay que escuchar sin juzgar”. Estas fórmulas contienen a veces intuiciones razonables, pero suelen transmitirse sin la densidad necesaria. No explican qué significa realmente comprender sin proyectar, cómo se distingue empatía de aprobación, por qué escuchar no basta, qué lugar conserva el juicio o cómo se evita la manipulación afectiva. El resultado es que la palabra se enseña mucho y se comprende poco. Su presencia pedagógica aumenta al mismo tiempo que su exigencia intelectual disminuye.

Ahora bien, las ganancias y las pérdidas no están separadas por un muro. Muchas veces son inseparables. El mismo proceso que hizo posible una mayor atención al sufrimiento subjetivo facilitó también la inflación del término. La misma expansión que humanizó ciertas prácticas debilitó en otros casos la claridad conceptual. La misma sensibilidad que corrigió brutalidades reales creó también nuevas formas de presión afectiva sobre el juicio. Ésta es la complejidad que debe ser preservada. No hay que idealizar el pasado por la sola razón de que el presente confunda. Pero tampoco hay que idealizar el presente por la sola razón de que el pasado haya sido más duro.

La cuestión correcta no es, por tanto, si la popularización de la empatía fue buena o mala en abstracto. La cuestión es otra: **cómo rescatar sus ganancias sin aceptar sus pérdidas como inevitables**. Y la respuesta sólo puede ser una: devolviendo al concepto su precisión, su estructura y sus límites. La sensibilidad ganada no debe perderse. Lo que debe perderse es la confusión. El reconocimiento de la interioridad ajena no debe retroceder. Lo que debe retroceder es la identificación entre comprensión y asentimiento. La humanización del trato no debe abandonarse. Lo que debe abandonarse es la idea de que la empatía basta para organizar toda la vida moral.

Dicho con más fuerza: la popularización de la empatía ha sido históricamente valiosa, pero conceptualmente costosa. No hay que deshacer su efecto humanizador, sino someterlo a una disciplina superior de pensamiento. Ésa es la tarea de este libro. No rehabilitar una dureza vieja contra una sensibilidad nueva, sino impedir que la sensibilidad adquirida degenere en sentimentalismo, en chantaje afectivo o en debilidad del juicio. La cultura ha ganado algo

importante al aprender a hablar de empatía. Pero no ha terminado de aprender lo que esa palabra exige.

De aquí se sigue una exigencia decisiva para el resto de la obra: dejar de tratar la empatía como una consigna y empezar a tratarla como un problema bien construido. Ya no basta con saber que la palabra ha ganado presencia. Ahora hay que determinar con rigor qué significa realmente. Qué estructura tiene. Qué distingue a la empatía de la identificación, de la proyección, de la amabilidad, de la compasión y del asentimiento. Qué puede y qué no puede hacer. Qué necesita para no deformarse. Y qué lugar le corresponde dentro de una vida guiada no sólo por sensibilidad, sino también por verdad, justicia y responsabilidad.

Sólo entonces el término podrá salir de su estado actual de prestigio nebuloso. Y sólo entonces lo que su popularización tuvo de valioso podrá ser conservado sin quedar capturado por sus simplificaciones. Ésa es la tarea que se abre ahora: abandonar el diagnóstico histórico general y entrar, por fin, en la reconstrucción positiva del concepto mismo.

CAPÍTULO 3.

POR QUÉ LA EMPATÍA SE VOLVIÓ UNA PALABRA MORALMENTE PRESTIGIOSA

3.1. Cultura terapéutica y lenguaje emocional

Para comprender por qué la empatía llegó a ocupar un lugar tan central en el imaginario moral contemporáneo, no basta con examinar su historia conceptual. Hace falta situarla dentro de un clima cultural más amplio. La palabra no se volvió prestigiosa únicamente porque nombrara algo verdadero. Se volvió prestigiosa

porque encontró un terreno histórico especialmente favorable: una cultura cada vez más inclinada a pensar la vida humana en términos de experiencia subjetiva, herida psíquica, reconocimiento emocional y necesidad de escucha. Ese terreno puede describirse, con la prudencia necesaria, como el de una **cultura terapéutica**.

La expresión no debe ser entendida aquí como insulto ni como caricatura. No se trata de ridiculizar la psicología, ni de despreciar el cuidado de la vida interior, ni de añorar un mundo más duro simplemente porque era menos introspectivo. La cultura terapéutica designa, más bien, una transformación profunda en el modo en que las sociedades modernas comprenden el sufrimiento, la identidad, el conflicto y la relación con uno mismo. Allí donde antes predominaban lenguajes morales, religiosos, disciplinarios o puramente jurídicos, fue ganando terreno un vocabulario centrado en la experiencia psíquica, en las emociones, en las heridas invisibles, en el trauma, en la autoestima, en la validación, en los vínculos y en el cuidado subjetivo. La empatía prospera justamente en ese nuevo paisaje.

En este contexto, la vida humana deja de ser interpretada sólo o principalmente en términos de deber, culpa, virtud, carácter o destino, y empieza a ser leída cada vez más en términos de bienestar emocional, daño psíquico, reconocimiento afectivo, procesamiento de experiencias y relación con la propia vulnerabilidad. No significa esto que las antiguas categorías desaparezcan por completo. Significa que pierden centralidad relativa frente a otras que parecen más aptas para dar cuenta de la experiencia interior concreta. La pregunta ya no es sólo “¿qué está bien o mal?”, sino también “¿qué efecto tiene esto en la vida psíquica de alguien?”, “¿qué herida

produce?", "¿qué necesidad emocional está en juego?", "¿cómo acompañar sin dañar más?", "¿qué significa realmente escuchar?".

Dentro de este giro, la empatía adquiere una importancia natural. Porque parece ofrecer una respuesta adecuada a una exigencia nueva o, mejor dicho, a una exigencia que se ha vuelto mucho más visible: la de no tratar al otro sólo desde categorías externas, sino desde su experiencia vivida. La cultura terapéutica enseña, en sus mejores momentos, que la conducta de una persona no puede ser comprendida del todo sin atender a su historia emocional, a sus heridas, a sus mecanismos de defensa, a sus fragilidades y a la manera en que vive subjetivamente lo que ocurre. Esto corrige simplificaciones antiguas y, en muchos casos, hace más humano el juicio. La empatía entra entonces como nombre privilegiado de esa sensibilidad nueva hacia el interior del otro.

Ésta es una de las razones principales de su prestigio. La empatía parece condensar la gran virtud de una época que ha aprendido a desconfiar de los juicios rápidos y de las formas de autoridad incapaces de escuchar. Allí donde la cultura terapéutica detecta daño, trauma, desregulación emocional o sufrimiento no reconocido, la empatía aparece como el gesto reparador por excelencia. Ya no basta con tener razón, con cumplir una norma o con ejercer una función. Hace falta también comprender cómo vive el otro aquello que atraviesa. Esta exigencia no es trivial. Ha hecho visibles dimensiones reales de la existencia que antes podían ser aplastadas por lenguajes excesivamente normativos o impersonales.

La infancia, por ejemplo, comenzó a ser pensada menos como simple objeto de disciplina y más como territorio de desarrollo emocional. La pareja dejó de comprenderse sólo como institución o

arreglo social y pasó a pensarse también como vínculo afectivo que exige escucha mutua y reconocimiento subjetivo. La educación empezó a preocuparse no sólo por la transmisión de contenidos o hábitos, sino por el mundo emocional del alumno. La medicina y la clínica fueron empujadas a reconocer que tratar una enfermedad no equivale a tratar una vida sufriente. En todos estos desplazamientos, la cultura terapéutica introdujo una verdad importante: la exterioridad visible de los actos no agota la realidad humana. La empatía, en este marco, nombra justamente la disposición a no quedarse en esa exterioridad.

Pero todo avance cultural conlleva sus propias tentaciones. Y la cultura terapéutica no es una excepción. Allí donde logra corregir cegueras reales, también puede introducir nuevas unilateralidades. Una de ellas es la tendencia a convertir la experiencia subjetiva en el centro casi absoluto de la evaluación moral. Cuando esto ocurre, el sufrimiento deja de ser una dimensión importante que debe ser atendida y pasa a funcionar como criterio dominante de legitimación. La pregunta por el bien, por la verdad o por la justicia puede entonces quedar desplazada por la pregunta por la herida. Y en ese desplazamiento, la empatía deja de ser una facultad de comprensión y empieza a operar como obligación de confirmación emocional.

Este deslizamiento es muy característico. Al volverse más sensible a la vida interior, la cultura terapéutica tiende a sospechar de toda forma de confrontación que pueda producir malestar subjetivo. La incomodidad empieza a confundirse con daño. La corrección, con violencia. El límite, con falta de reconocimiento. El conflicto, con falla relacional. Dentro de ese esquema, la empatía se vuelve no sólo valiosa, sino casi indiscutible. Porque aparece del lado del

cuidado, mientras que el juicio parece quedar del lado del agravio. Así se explica parte de su brillo moral: en una cultura cada vez más preocupada por no herir, la empatía parece encarnar la forma humana por excelencia de responder al otro.

Sin embargo, el problema es que el sufrimiento no puede convertirse sin mediaciones en criterio último de verdad. La cultura terapéutica tiene razón al decir que una experiencia herida merece ser escuchada. Pero se equivoca cuando, de manera tácita o explícita, deja que esa escucha se transforme en una especie de renuncia a la distinción entre experiencia, interpretación y responsabilidad. La empatía es arrastrada entonces hacia un lugar que no le corresponde. Ya no nombra la capacidad de comprender la vivencia del otro, sino la exigencia de no contrariar su autointerpretación. Éste es uno de los caminos por los que la palabra adquiere prestigio y, al mismo tiempo, se deforma.

Otra característica importante de la cultura terapéutica es su tendencia a traducir los conflictos morales en conflictos de reconocimiento emocional. Muchas situaciones que podrían y deberían ser pensadas también en términos de verdad, justicia, deber o responsabilidad son reformuladas principalmente en clave de daño psíquico, validación o carencia de escucha. Esta traducción no siempre es ilegítima; a veces permite ver capas profundas del problema que de otro modo quedarían ocultas. Pero cuando se vuelve exclusiva, empobrece la inteligencia moral. La empatía se vuelve entonces la respuesta universal a conflictos que exigen también otras categorías. Allí donde se necesitaría prudencia, se pide empatía. Allí donde haría falta fortaleza, se pide empatía. Allí donde el problema central es una mentira, una injusticia o una falta de responsabilidad, se desplaza la atención hacia el sufrimiento

subjetivo implicado. La palabra se expande porque el lenguaje general del conflicto ha sido psicologizado.

Esto tiene una consecuencia muy relevante: la evaluación moral de las personas empieza a pasar, en gran medida, por su relación con la vulnerabilidad ajena. Quien parece capaz de escuchar, contener, validar y no reaccionar con dureza adquiere inmediatamente una superioridad ética en el imaginario común. Quien no domina ese lenguaje o no se mueve con soltura en él queda rápidamente bajo sospecha. La empatía se convierte así en un capital moral propio de la cultura terapéutica. No sólo importa comprender al otro; importa aparecer como alguien que sabe comprenderlo en el código emocional correcto.

Esta dimensión reputacional no debe subestimarse. En un mundo donde las credenciales morales clásicas han perdido parte de su autoridad pública, la sensibilidad hacia la interioridad ajena ofrece una nueva forma de legitimidad. Ser empático suena mejor, en muchos contextos, que ser virtuoso; parece más concreto que ser justo; parece más humano que ser correcto; parece menos impositivo que apelar al deber. La palabra obtiene su prestigio precisamente porque permite una moralización suave: una moral que no se presenta como moral, sino como sensibilidad relacional. Y esto la vuelve especialmente poderosa.

Pero ahí reside también su fragilidad. Una palabra que concentra tanto prestigio puede empezar a ser usada de modo performativo. Ya no importa sólo si se comprende realmente al otro; importa ser visto como alguien que lo comprende. El lenguaje emocional se vuelve entonces un modo de posicionamiento moral. La empatía puede convertirse en un estilo, en un tono, en una forma de presentarse a sí mismo. Y cuando esto ocurre, el cuidado corre el riesgo de ser

reemplazado por su escenificación. La cultura terapéutica no inventa necesariamente esta teatralización, pero sí la facilita, porque otorga gran valor social a quien parece manejar bien el código de la sensibilidad.

A esta dificultad se añade otra: la cultura terapéutica tiende a interpretar la opacidad, la reserva, la severidad o la incomodidad del juicio como formas primitivas o poco evolucionadas de relación. Esto tiene algo de verdad cuando tales rasgos expresan mera dureza o incapacidad de escuchar. Pero también puede llevar a subestimar otras dimensiones importantes de la madurez humana: la capacidad de sostener una verdad difícil, de no dejarse arrastrar por la emoción inmediata, de poner límites, de disentir con firmeza o de no convertir toda herida en criterio soberano. En ese punto, la empatía deja de ser una corrección de la brutalidad y se transforma en sospecha estructural contra toda forma de exigencia.

Se entiende entonces por qué la palabra se volvió tan moralmente prestigiosa. No sólo porque nombre algo bueno, sino porque se acomoda perfectamente a una sensibilidad cultural que ha elevado la interioridad sufriente, la escucha y el reconocimiento emocional a un lugar central. La empatía parece la virtud propia de una época que quiere sanar más que juzgar, acompañar más que corregir, validar más que evaluar. Y, sin embargo, esa misma adecuación cultural explica por qué el término necesita ser pensado con una vigilancia especial. Cuanto más encarna el ethos dominante, más difícil se vuelve someterlo a crítica.

No se trata, desde luego, de rechazar en bloque la cultura terapéutica. Eso sería intelectualmente pobre y moralmente injusto. Gracias a ella, muchas formas de violencia silenciosa se hicieron visibles. Gracias a ella, la psicología del vínculo humano ganó una

legitimidad que permitió mejorar prácticas educativas, clínicas y familiares. Gracias a ella, se volvió más difícil glorificar la dureza por sí misma. Todo esto importa. Pero también es necesario advertir que una cultura excesivamente terapéutica puede perder contacto con la dimensión trágica, conflictiva y exigente de la vida moral. Puede querer sanar allí donde habría que discernir. Puede querer contener allí donde habría que corregir. Puede querer validar allí donde habría que distinguir. Y entonces la empatía, lejos de ser una gran mediadora, se vuelve una palabra excesivamente protectora.

La cuestión decisiva, por tanto, no es si la cultura terapéutica tiene razón o no. La tiene en parte. La cuestión es qué ocurre cuando su verdad parcial se absolutiza. Ocurre que la empatía se convierte en palabra moral dominante, y al hacerlo empieza a desplazar otras facultades y virtudes necesarias. El sufrimiento adquiere una autoridad excesiva. La confrontación se vuelve sospechosa. El juicio pierde legitimidad. La verdad debe presentarse siempre envuelta en sensibilidad para no parecer violenta. Y el otro, en vez de ser reconocido como sujeto capaz de verdad y de error, puede terminar siendo tratado ante todo como portador de vulnerabilidad.

Ésta es una inversión importante. El gran valor de la empatía consiste en reconocer al otro como sujeto de experiencia. Pero cuando la cultura terapéutica la absolutiza, corre el riesgo de reducir al otro a su experiencia herida. Ya no es primero alguien que piensa, actúa, responde, elige y puede ser corregido, sino alguien que sufre y debe ser tratado principalmente desde ese sufrimiento. Esta reducción no es siempre explícita, pero está latente en muchas escenas contemporáneas. Y altera profundamente la relación entre comprensión y responsabilidad.

De ahí que el prestigio moral de la empatía sea inseparable de una ambigüedad constitutiva. La palabra ganó autoridad porque corrigió un déficit real de humanidad en muchas prácticas y discursos. Pero la ganó dentro de un ecosistema cultural que tiende a sobredimensionar la experiencia emocional y a sospechar de la exigencia. Por eso, pensar seriamente la empatía requiere pensar también críticamente el trasfondo terapéutico que la elevó. No para negarlo, sino para impedir que su intuición verdadera —la necesidad de escuchar el mundo interior del otro— se convierta en una doctrina implícita de inmunidad afectiva frente al juicio.

La cultura terapéutica explica, en suma, una parte decisiva del prestigio contemporáneo de la empatía. Le dio un terreno fértil, una legitimidad amplia y una función central en la vida relacional moderna. Pero también la empujó hacia una inflación moral que la volvió vulnerable a la confusión. Comprender este trasfondo es indispensable para seguir avanzando. Porque sólo desde ahí puede entenderse el siguiente paso: por qué una época atravesada por este lenguaje emocional terminó desarrollando también una creciente desconfianza hacia el juicio mismo, y cómo esa sospecha contribuyó a consolidar la empatía como palabra moralmente privilegiada.

3.2. La sospecha contra el juicio

Si la cultura terapéutica preparó el terreno sobre el cual la empatía ganó autoridad moral, hubo además otro proceso que consolidó su prestigio: la creciente **sospecha contra el juicio**. Esta sospecha no surgió de la nada. Tiene razones históricas, psicológicas y morales comprensibles. Durante mucho tiempo, una gran parte del juicio social, educativo, familiar, religioso y político fue ejercido con brutalidad, hipocresía, superficialidad o unilateralidad. Se juzgó sin

escuchar, se condenó sin comprender, se corrigió humillando, se confundió autoridad con dureza y verdad con imposición. En muchos contextos, el juicio apareció no como una forma madura de discernimiento, sino como una herramienta de dominio, castigo o simplificación. Que una época posterior desarrolle desconfianza hacia ese legado resulta, hasta cierto punto, comprensible.

Pero lo comprensible no es siempre suficiente. Porque una reacción histórica puede empezar corrigiendo un exceso real y terminar instalando una nueva deformación. Eso es lo que ha ocurrido en buena medida con la sospecha contemporánea contra el juicio. En lugar de aprender a juzgar mejor, muchas veces se ha preferido reducir el espacio del juicio mismo. En lugar de distinguir entre un juicio cruel y un juicio justo, entre una corrección humillante y una corrección responsable, entre una condena precipitada y un discernimiento maduro, se ha difundido una sospecha más general: juzgar sería, casi por naturaleza, una forma de violencia o una señal de insensibilidad. En ese clima, la empatía aparece fácilmente como la virtud contraria al juicio. Y esa oposición es una de las grandes fuentes de su prestigio moral contemporáneo.

Esta oposición, sin embargo, es profundamente defectuosa. Para entender por qué, conviene comenzar por una precisión elemental: juzgar no es, en su sentido propio, condenar. Juzgar significa distinguir, evaluar, establecer relaciones, determinar si algo es verdadero o falso, justo o injusto, adecuado o inadecuado, bueno o malo, prudente o imprudente. El juicio es una función constitutiva de la inteligencia práctica y teórica. No es un añadido opcional a la vida humana. Vivir sin juzgar no sería vivir con mayor inocencia moral, sino vivir sin orientación. Toda acción presupone algún juicio, aunque sea implícito. Toda relación humana mínimamente seria

contiene evaluaciones. Toda convivencia requiere discernimientos. La cuestión no es, por tanto, si juzgar o no juzgar, sino cómo juzgar bien.

Sin embargo, la sensibilidad contemporánea tiende con frecuencia a deslizarse desde una crítica legítima al juicio brutal hacia una deslegitimación mucho más amplia del juicio como tal. En ese desplazamiento, la palabra "juicio" queda cargada de connotaciones negativas: dureza, superioridad, simplificación, frialdad, falta de escucha, rigidez. Y, por contraste, la empatía queda asociada a todo lo contrario: apertura, delicadeza, humanidad, suspensión del impulso condenatorio, comprensión del contexto. Así se construye una escena moral muy influyente: de un lado, el sujeto que juzga y, por ello mismo, parece menos humano; del otro, el sujeto que empatiza y, por ello mismo, parece moralmente superior. El problema es que esta escena simplifica de manera intolerable la arquitectura real de la vida moral.

Porque una de las verdades más importantes que este libro quiere defender es ésta: **la empatía no reemplaza al juicio; lo necesita**. Y el juicio, cuando es maduro, no se opone a la empatía; necesita ser informado por ella. La relación correcta entre ambos no es de exclusión, sino de mutua corrección. Una empatía sin juicio se vuelve crédula, parcial, manipulable o incapaz de sostener verdad. Un juicio sin empatía se vuelve ciego, abstracto o cruel. El problema contemporáneo es que esta articulación se rompe. La cultura sospecha tanto del juicio que empieza a imaginar la humanidad del vínculo precisamente allí donde el juicio retrocede. Y ese retroceso produce una falsa elevación de la empatía.

La sospecha contra el juicio tiene también una raíz psicológica importante. Juzgar incomoda. No sólo porque podamos

equivocarnos, sino porque toda evaluación introduce una forma de distancia. Quien juzga no se limita a acompañar; toma posición. Dice sí o no, o al menos empieza a trazar una diferencia entre lo que comprende y lo que considera válido. Esa tarea exige firmeza, responsabilidad y aceptación del conflicto. Pero muchas culturas afectivas contemporáneas valoran tanto la no-ruptura del vínculo, la no-lesión subjetiva y la continuidad del reconocimiento que cualquier introducción de distancia crítica comienza a vivirse como amenaza relacional. En ese contexto, la empatía se vuelve atractiva porque parece permitir relación sin tensión, cercanía sin confrontación, humanidad sin negatividad. El juicio, en cambio, queda asociado a la ruptura del clima, a la herida y a la perturbación.

Esta dinámica es especialmente visible en relaciones íntimas y educativas. Muchas personas sienten que corregir a alguien que está herido o vulnerable equivale a abandonarlo. O que cuestionar una interpretación expresada con dolor equivale a desmentir el dolor mismo. O que sostener un límite frente a quien sufre equivale a falta de amor. En todos estos casos, la sospecha contra el juicio no nace sólo de un error teórico, sino de una angustia afectiva: la angustia de que la verdad, la corrección o la exigencia destruyan el vínculo. La empatía aparece entonces como refugio frente a esa angustia. Se convierte en el nombre de una relación que parece no introducir resistencia. Pero el precio de ese refugio puede ser muy alto: una relación cada vez menos capaz de sostener verdad sin colapsar.

Hay aquí un punto decisivo. Muchas personas no desconfían del juicio porque nieguen abstractamente la necesidad de distinguir, sino porque identifican el juicio con una forma específica de ejercicio del poder: el juicio humillante. Y, en efecto, esa forma existe

y ha hecho mucho daño. Ser juzgado desde arriba, sin escucha, desde la autosuficiencia, la superioridad o la incapacidad de comprender el contexto, produce heridas reales. Quien ha padecido mucho ese tipo de juicio puede desarrollar una sospecha casi visceral hacia cualquier forma de evaluación. Pero de nuevo, una experiencia verdadera no debe convertirse en teoría total. Del hecho de que haya juicios violentos no se sigue que el juicio sea en sí violencia. De la existencia de condenas ciegas no se sigue que toda crítica sea deshumanización. Y de la memoria del daño no se sigue que la única respuesta justa sea la suspensión del discernimiento.

La sospecha contra el juicio tiene, además, una dimensión cultural más amplia vinculada al descrédito de las antiguas autoridades. En muchos ámbitos, las figuras tradicionales de autoridad —el padre, el maestro, el sacerdote, el juez, el experto, la institución— perdieron parte de su legitimidad no sólo por transformaciones estructurales de la sociedad, sino también porque con frecuencia ejercieron poder de manera poco transparente, poco autocrítica o directamente abusiva. En ese contexto, toda pretensión de juzgar empezó a sonar sospechosa, como si escondiera una voluntad de dominar. La empatía, en cambio, parecía una palabra no autoritaria. No mandaba, no imponía, no parecía hablar desde arriba. Esto reforzó aún más su prestigio. Frente al juicio, que cargaba con el peso de antiguas formas de poder, la empatía aparecía como un gesto horizontal, moderno y legítimo.

Pero precisamente aquí se vuelve necesario introducir una distinción que la cultura contemporánea maneja mal: la diferencia entre **autoritarismo** y **autoridad del juicio**. Autoritarismo es usar el juicio como arma de sometimiento. Autoridad del juicio es ejercer la facultad de discernir con responsabilidad, autolimitación y apertura

a la verdad. Que el primero sea rechazable no vuelve prescindible la segunda. De hecho, una sociedad, una familia, una amistad o una conciencia individual que pierden toda confianza en la autoridad del juicio quedan expuestas a nuevas formas de manipulación. Porque allí donde nadie quiere juzgar, juzga en la sombra la presión afectiva más fuerte, la narrativa más impactante o la vulnerabilidad mejor expuesta. La ausencia declarada de juicio no elimina la evaluación; simplemente la entrega a fuerzas menos examinadas.

Éste es uno de los puntos más profundos del problema. Cuando una cultura sospecha demasiado del juicio explícito, no se vuelve realmente más abierta o más libre; se vuelve más vulnerable al juicio implícito. Y ese juicio implícito suele ser menos controlado, menos racional y menos justo. En lugar de preguntarse con claridad qué es verdadero, bueno o responsable, la evaluación se desplaza hacia otros criterios: quién parece más herido, quién despierta más identificación, quién logra presentarse mejor como víctima, quién acusa con más fuerza la falta de empatía del otro. Así, la sospecha contra el juicio no elimina el conflicto moral; sólo lo desplaza a un terreno menos visible y más inestable.

La empatía gana prestigio en este contexto porque parece ofrecer una salida moralmente pura frente al problema del juicio. No condena, no clasifica, no distancia, no humilla. O, al menos, así se la imagina. Pero esta imagen es parcialmente ilusoria. La empatía también implica selecciones, énfasis, reconocimientos y omisiones. También puede ser parcial, también puede favorecer a unos más que a otros, también puede volverse ciega ante aquello que no logra sentir o imaginar. Si se la coloca en el lugar del juicio, no elimina la parcialidad; simplemente la desplaza del plano racional al plano

afectivo. Y la parcialidad afectiva, cuando no es reconocida, puede ser especialmente poderosa y especialmente injusta.

A esto se suma una dificultad muy importante: el juicio es una condición de posibilidad de toda responsabilidad. Sin juicio, no hay forma de distinguir entre daño y accidente, entre maldad y error, entre debilidad y perversidad, entre reacción comprensible y conducta inadmisible. La empatía puede ayudar a comprender mejor estas diferencias, pero no puede decidirlas por sí sola. Una vida moral sin juicio sería una vida incapaz de atribuir responsabilidad de manera justa. Por eso una cultura que sospecha demasiado del juicio termina también debilitando el lenguaje de la responsabilidad. Todo se vuelve comprensible, pero no siempre evaluable. Todo se explica, pero no todo se discierne. Todo se humaniza, pero no siempre se ordena.

Este debilitamiento se percibe con claridad en la tendencia contemporánea a convertir la explicación en sustituto de la evaluación. Cuanto más sabemos de los traumas, condicionamientos, heridas y vulnerabilidades de una persona, más sentimos que juzgarla es casi una falta de delicadeza. Pero ésta es una conclusión equivocada. Comprender las condiciones de una acción no elimina la necesidad de evaluarla. Más bien exige hacerlo con mayor precisión. La explicación no debe borrar el juicio, sino hacerlo menos torpe. Cuando no ocurre así, la sospecha contra el juicio transforma la inteligencia comprensiva en una forma de impotencia moral.

La cuestión se agrava porque, en el lenguaje ordinario, “no juzgar” ha adquirido con frecuencia una resonancia moral muy positiva. Suena a humildad, a tolerancia, a apertura, a conciencia de la complejidad ajena. A veces puede significar algo razonable: no precipitarse, no

condenar sin comprender, no dictar sentencia desde la ignorancia. Pero otras veces significa algo muy distinto y mucho más problemático: no querer distinguir, no querer evaluar, no querer asumir la carga de una posición crítica. La misma expresión cubre entonces prudencia y cobardía, modestia y renuncia, humanidad y desorientación. Esta ambigüedad fortalece todavía más el prestigio de la empatía. Porque si “no juzgar” suena bien, “empatizar” suena aún mejor: parece la forma positiva, activa y moralmente elegante de la suspensión del juicio.

Sin embargo, una vida humana seria no puede renunciar a juzgar. Incluso la propia empatía exige juicio. Hay que juzgar si una interpretación es verosímil, si una emoción está siendo usada para manipular, si una demanda de reconocimiento es legítima o abusiva, si una reacción nace del dolor o del cálculo, si una forma de ayuda ayuda realmente o sólo evita el conflicto. La empatía misma necesita ser juzgada. Necesita ser discernida, orientada, medida. Si se la emancipa por completo del juicio, queda expuesta a convertirse en complacencia, autoengaño o instrumento de poder afectivo.

Por eso, la sospecha contra el juicio es una de las grandes condiciones de posibilidad del prestigio contemporáneo de la empatía. La palabra se vuelve central porque parece ofrecer una alternativa moralmente superior a una facultad culturalmente desacreditada. Pero esa alternativa es falsa. No necesitamos menos juicio y más empatía como si fueran términos que compiten por el mismo espacio. Necesitamos un juicio más humano y una empatía más rigurosa. Es decir: necesitamos aprender a comprender sin abdicar, y a discernir sin deshumanizar.

Ésta es la tarea difícil que la sensibilidad contemporánea evita con frecuencia. Prefiere imaginar que la humanidad del vínculo crece a medida que disminuye la evaluación crítica. Pero la realidad humana es más compleja. Hay momentos en que no juzgar es una forma de abandono. Hay situaciones en que la ausencia de corrección deja al otro encerrado en su error, en su violencia, en su autoengaño o en su forma de dañarse. Hay vínculos en los que la verdadera falta de empatía no consiste en cuestionar, sino en no atreverse nunca a cuestionar por miedo a perder la imagen de persona sensible. La sospecha contra el juicio impide ver estas posibilidades.

En el fondo, la gran confusión consiste en pensar que la comprensión y la evaluación se excluyen mutuamente. Pero no se excluyen. Se necesitan. La comprensión sin evaluación puede volverse sentimental y débil. La evaluación sin comprensión puede volverse brutal e injusta. El problema contemporáneo no es que haya demasiado juicio y poca empatía en abstracto. El problema es que solemos carecer de la forma superior en que ambas cosas se integran. Y mientras esa integración falte, la empatía seguirá apareciendo como refugio moral frente a la dureza del juicio, en vez de ser comprendida como una de las condiciones que permiten juzgar mejor.

De ahí que el prestigio moral de la empatía no pueda entenderse sin esta desconfianza creciente hacia el juicio. La palabra florece precisamente porque promete una humanidad sin condena, una cercanía sin distancia y un reconocimiento sin tensión crítica. Pero la promesa es engañosa cuando se absolutiza. La verdadera madurez no consiste en abandonar el juicio, sino en liberarlo de su

forma cruel. Y la verdadera empatía no consiste en reemplazarlo, sino en impedir que se ejerza a ciegas.

En suma, la sospecha contra el juicio ha elevado a la empatía porque la ha convertido en símbolo de una moral más suave, más horizontal y menos agresiva. Pero esa elevación se paga caro cuando olvida que toda vida humana digna necesita discernimiento. Si la empatía quiere conservar su verdad, tendrá que dejar de presentarse como negación del juicio y empezar a asumir su relación más difícil y más fecunda con él: la de una comprensión que no elimina la evaluación, sino que la vuelve más justa.

3.3. La identificación entre crítica y violencia

Uno de los desplazamientos más característicos de la sensibilidad contemporánea consiste en identificar, de manera más o menos explícita, la crítica con una forma de violencia. Esta identificación no siempre aparece formulada de modo teórico. A menudo se manifiesta en reacciones espontáneas, en códigos afectivos compartidos, en modos de leer las relaciones y en hábitos discursivos que operan casi sin examen. Se percibe en frases como "si me cuestionas, me invalidas", "si señalas mi error, me estás atacando", "si no confirmas mi experiencia, me estás violentando", "si introduces una objeción, demuestras falta de empatía". En todas ellas subyace una misma estructura: la crítica deja de ser entendida como una posible forma de discernimiento y pasa a ser vivida principalmente como agresión.

Esta transformación tiene raíces comprensibles. La crítica ha sido, muchas veces, realmente violenta. Ha adoptado formas humillantes, sarcásticas, autoritarias, destructivas o superficialmente condenatorias. Se ha criticado para dominar, para degradar, para exhibir superioridad, para ridiculizar o para neutralizar

la palabra del otro. En muchas experiencias familiares, educativas, institucionales o públicas, la crítica no apareció como una ayuda al discernimiento, sino como una herida infligida desde arriba. Quien ha sido repetidamente expuesto a ese tipo de trato puede llegar a asociar, de manera casi automática, el acto de ser cuestionado con una experiencia de desvalorización o daño. Esa asociación no nace de la nada. Tiene memoria. Tiene cuerpo. Tiene historia.

Pero una vez más, una experiencia real puede convertirse en una teoría falsa cuando se absolutiza. Del hecho de que haya críticas violentas no se sigue que la crítica sea en sí misma violenta. Del hecho de que muchos ejercicios de corrección hayan sido humillantes no se sigue que toda corrección humille. Del hecho de que algunas objeciones estén cargadas de desprecio no se sigue que toda objeción sea desprecio. El paso desde una denuncia legítima de ciertas formas de crítica a la identificación general entre crítica y violencia es uno de los mayores empobrecimientos del espacio moral contemporáneo. Porque desactiva una distinción decisiva: la distinción entre una crítica que hiere para someter y una crítica que hiere, si hiere, porque toca algo verdadero que debía ser tocado.

Este punto exige una gran precisión. No toda verdad es amable. No toda corrección puede ser recibida sin incomodidad. No toda confrontación con el error es afectivamente liviana. Hay verdades que duelen no porque sean violentas, sino porque alteran una imagen de uno mismo, desorganizan una autointerpretación o interrumpen una forma de autojustificación. El dolor que acompaña a una crítica no prueba por sí mismo que la crítica haya sido injusta. Puede probar, sencillamente, que la verdad tiene peso. La sensibilidad contemporánea confunde con demasiada facilidad

estas cosas. Tiende a leer el malestar producido por una objeción como signo de que la objeción fue impropia. Pero el malestar no es un criterio suficiente. Hay malestares degradantes, sin duda. Y hay malestares formativos.

Aquí aparece una diferencia que toda teoría seria de la empatía debe aprender a sostener: la diferencia entre **herir** y **lesionar injustamente**. Toda crítica, incluso la mejor formulada, puede tocar zonas sensibles. Puede producir vergüenza, resistencia, incomodidad, tristeza o desorganización interior. Pero no por eso constituye una violencia en sentido fuerte. La violencia no consiste simplemente en causar malestar, sino en dañar ilegítimamente la dignidad, la integridad o la posibilidad de verdad del otro. Una crítica puede ser dolorosa y, sin embargo, respetuosa. Puede ser incómoda y, sin embargo, necesaria. Puede contrariar sin destruir. Puede introducir una negatividad indispensable sin convertirse en agresión. Cuando esta diferencia se borra, toda forma de resistencia a la autopercepción inmediata empieza a sentirse como violencia. Y entonces el espacio de la crítica se vuelve casi irrespirable.

La empatía adquiere un prestigio especial en este contexto porque parece prometer una relación sin herida, una corrección sin dolor o, en los casos más extremos, una convivencia sin confrontación real. Pero esa promesa es falsa o, al menos, profundamente limitada. Comprender al otro no significa evitar toda experiencia dolorosa en él. A veces comprenderlo mejor exige precisamente decir aquello que el otro no desea oír. A veces una crítica formulada desde verdadera comprensión será más fina, más ajustada y más respetuosa que una validación tranquilizadora que lo deje intacto en su error. La identificación entre crítica y violencia impide ver esta posibilidad. Presupone que la humanidad del vínculo aumenta a

medida que disminuye toda fricción, cuando en realidad hay fricciones que hacen posible una relación más verdadera.

La cuestión es aún más profunda. Una crítica bien formulada no sólo puede ser compatible con el reconocimiento del otro; puede ser una de sus formas. Porque tratar a alguien como sujeto moral no significa únicamente proteger su sensibilidad, sino también reconocerlo como capaz de verdad, de error, de revisión y de responsabilidad. Quien jamás es confrontado con nada por temor a herirlo no es necesariamente más respetado; muchas veces es tratado como alguien demasiado frágil para la verdad. La aparente delicadeza puede convertirse entonces en una forma de infantilización. Se evita toda negatividad para no alterar el clima, pero al hacerlo se abandona al otro a sus propias distorsiones. Ésa no es una victoria de la empatía, sino una renuncia disfrazada de sensibilidad.

La identificación entre crítica y violencia se alimenta también de un cambio en la comprensión de la subjetividad. Allí donde el yo se concibe ante todo como vulnerable y herible, toda intervención externa tiende a ser evaluada según su impacto emocional inmediato. El criterio dominante deja de ser: “¿es verdadero lo que se me dice?”, y pasa a ser: “¿cómo me hace sentir lo que se me dice?”. Esta inversión no es siempre explícita, pero opera silenciosamente en muchas escenas contemporáneas. La experiencia subjetiva del impacto reemplaza a la pregunta por la validez. Y cuando eso ocurre, la crítica queda en desventaja estructural. Su valor ya no depende primero de su verdad, sino de su capacidad de no ser vivida como agresión. La empatía se vuelve entonces la gran reguladora del intercambio, pero entendida de manera tal que prohíbe casi toda negatividad significativa.

Sin embargo, la vida moral no puede sostenerse sobre ese principio. Hay verdades que sólo pueden ser dichas atravesando la resistencia afectiva de quien las recibe. Hay relaciones en las que la omisión de la crítica resulta más dañina que su presencia. Hay vínculos en los que callar por miedo a herir equivale a consentir una deriva destructiva. Hay momentos en que la verdadera violencia consiste no en corregir, sino en dejar al otro sin una palabra que lo confronte. Pensemos en la amistad, en la educación, en la paternidad, en el amor maduro. En todos estos ámbitos, una vida sin crítica no sería una vida más compasiva, sino una vida menos responsable. La ausencia total de confrontación no produce necesariamente paz; produce, con frecuencia, deterioro silencioso.

Esto no significa, desde luego, que toda crítica sea deseable o que deba ejercerse sin prudencia. La cuestión no es rehabilitar la dureza en nombre de la verdad. Una crítica puede destruir si es formulada desde la superioridad, el desprecio, la impaciencia o la torpeza. Puede convertir una verdad parcial en arma total. Puede golpear donde no corresponde, en el momento inadecuado, con un tono que humilla y con una forma que anula la escucha. Nada de esto debe ser minimizado. Precisamente por eso es tan importante distinguir entre crítica y violencia. Sólo quien las distingue puede combatir la segunda sin desactivar la primera. Sólo quien las separa puede pensar una corrección no humillante. Si se identifican, el único camino aparente será o bien callar o bien herir. Y esa falsa alternativa empobrece gravemente la vida relacional.

La empatía tiene aquí una función decisiva, pero distinta de la que suele atribuírsele. No debe servir para suprimir la crítica, sino para **purificarla**. Una crítica empática no es una crítica que renuncia a señalar; es una crítica que intenta comprender qué está en juego

para el otro, qué palabras abrirán en lugar de cerrar, qué momento es el justo, qué tono respeta la dignidad del interlocutor, qué parte de la resistencia proviene del miedo y cuál de la mala fe, qué verdad puede ser recibida ahora y cuál requiere una preparación más lenta. La empatía no elimina la negatividad del juicio; le da forma humana. Sin ella, la crítica se brutaliza. Pero cuando se la interpreta como prohibición de toda negatividad, la crítica desaparece y con ella una parte esencial de la vida moral.

La confusión entre crítica y violencia se agrava especialmente en ambientes donde el reconocimiento emocional se ha convertido en bien supremo. Allí, cualquier introducción de distancia puede ser leída como retirada afectiva. Si alguien objeta, parece amar menos. Si alguien corrige, parece acompañar menos. Si alguien distingue, parece comprender menos. Pero esta lógica es profundamente engañosa. En muchos casos, el amor más serio es precisamente el que se atreve a contrariar. La educación más responsable es la que sabe corregir sin humillar. La amistad más noble es la que no se limita a hacer de espejo benévolo, sino que se convierte en lugar de verdad. Y la empatía más alta no consiste en evitar toda incomodidad, sino en sostener una relación suficientemente fuerte como para que la verdad no sea vivida automáticamente como destrucción.

La identificación entre crítica y violencia tiene además un efecto político y cultural muy amplio. Cuando se instala en el espacio público, dificulta enormemente la deliberación racional. Toda objeción corre el riesgo de ser traducida de inmediato al lenguaje del daño. La discusión ya no gira alrededor de argumentos, interpretaciones o principios, sino alrededor de afectos lesionados y acusaciones de insensibilidad. El resultado es una conversación

pública donde el criterio de legitimidad se desplaza desde la fuerza de una razón hacia la administración del impacto emocional. En ese clima, la empatía deja de ser una ayuda para comprender mejor al otro y se convierte en una norma tácita de desactivación del conflicto cognitivo. No se trata ya de discutir mejor, sino de no perturbar demasiado las autoexperiencias en juego. Y esa deriva erosiona el espacio mismo de la crítica racional compartida.

Hay aquí una ironía importante. La cultura que identifica crítica y violencia suele presentarse como más refinada moralmente porque detecta mejor los daños invisibles. Pero, al mismo tiempo, se vuelve menos capaz de ofrecer a los sujetos herramientas para soportar la disonancia, revisar sus interpretaciones y confrontarse con límites. Es más sensible, pero a veces menos fuerte. Más cuidadosa con el impacto inmediato, pero menos preparada para el trabajo de verdad que toda formación humana exige. La empatía, en ese marco, puede quedar atrapada en una función protectora excesiva: no abrir al otro a una comprensión más alta de sí, sino preservarlo de toda experiencia de contradicción relevante.

Este empobrecimiento se ve con claridad cuando toda crítica es evaluada sólo por su forma afectiva y no también por su contenido. Es cierto que la forma importa mucho. Una verdad bien dicha no es igual que una verdad arrojada como arma. Pero reducir la legitimidad de una crítica a su tono o a la comodidad subjetiva que deja tras de sí es un error. Hay críticas formuladas con exquisita suavidad que son falsas, manipuladoras o cobardes. Y hay críticas sobrias, incluso secas, que son profundas, justas y necesarias. La obsesión exclusiva por la no-lesión afectiva favorece una cultura de la forma tranquilizadora por encima del fondo verdadero. La empatía se

vuelve entonces aliada de una estética del trato antes que de una ética del discernimiento.

Se comprende mejor, desde aquí, por qué tanta gente llama "empatía" a la mera abstención de crítica. Lo hace porque ha aprendido a leer la crítica casi exclusivamente bajo la categoría del daño. Si corregir es herir, y herir es ser poco empático, entonces la empatía consistirá en no corregir. Pero el razonamiento entero está construido sobre una premisa falsa: que toda herida es violencia y que toda negatividad es deshumanización. Una teoría más fuerte debe responder con otra tesis: **hay críticas violentas, pero la crítica en sí no es violencia; hay negatividades destructivas, pero no toda negatividad destruye**. Algunas hacen crecer. Algunas despiertan. Algunas frenan una deriva que el puro acompañamiento habría dejado avanzar.

La verdadera dificultad moral no está en elegir entre empatía y crítica, sino en aprender a criticar de un modo que no cosifique al otro y a empatizar de un modo que no desactive la verdad. Esto requiere una forma de madurez que la cultura afectiva contemporánea no siempre favorece. Requiere soportar que el otro se incomode sin abandonar por ello la relación. Requiere aceptar que el amor no siempre coincide con el alivio. Requiere entender que la dignidad de una persona incluye su capacidad de ser confrontada con algo que no coincide con su propia narrativa. Requiere, en suma, una idea menos sentimental y más robusta del vínculo humano.

Por eso, la identificación entre crítica y violencia es una de las condiciones más importantes del prestigio actual de la empatía. La palabra se vuelve central porque aparece del lado de la no-agresión, mientras que la crítica queda sospechada de agresividad estructural. Pero esa distribución es falsa. Hay una empatía que

abandona. Hay una crítica que cuida. Hay silencios que hieren más que una objeción. Hay verdades dichas con respeto que son más humanas que muchas validaciones blandas. Mientras estas diferencias no se restablezcan, la empatía seguirá siendo usada como escudo contra toda resistencia y la crítica seguirá cargando con culpas que no le pertenecen por esencia.

La tarea filosófica consiste aquí en restituir la distinción perdida. No para rehabilitar una cultura del juicio hiriente, sino para impedir que la sensibilidad contra la violencia se transforme en hostilidad hacia toda forma de verdad incómoda. La crítica no debe ser brutal. Pero tampoco debe ser expulsada de la vida humana en nombre de una empatía mal entendida. Una relación verdaderamente humana no es aquella en la que nadie hiere nunca la autopercepción del otro, sino aquella en la que incluso la confrontación puede ocurrir sin que la dignidad se pierda. Ésa es la forma alta del vínculo. Y sólo en ella la empatía deja de ser una protección blanda contra la verdad para convertirse en una de las condiciones de su comunicación justa.

3.4. La sacralización del sufrimiento subjetivo

Uno de los rasgos más decisivos del clima moral contemporáneo es la creciente tendencia a tratar el sufrimiento subjetivo como si poseyera una autoridad casi sagrada. No basta con reconocerlo como real, digno de atención y merecedor de cuidado —lo cual sería justo—; con frecuencia se le atribuye además una especie de superioridad normativa, como si la sola presencia del dolor confiriera a quien lo padece una posición moral privilegiada, una inmunidad interpretativa o un derecho ampliado frente al juicio ajeno. El sufrimiento deja entonces de ser una dimensión de la vida humana que debe ser comprendida con seriedad y pasa a convertirse en una fuente casi soberana de legitimidad. Éste es uno

de los fenómenos culturales más importantes para entender el prestigio actual de la empatía.

Conviene comenzar con una distinción decisiva. Que el sufrimiento de una persona sea **real** no significa, sin más, que su interpretación de las causas de ese sufrimiento sea **verdadera**, ni que sus reacciones ante él sean **justas**, ni que sus conclusiones deban quedar al abrigo de toda crítica. Esta triple distinción —entre realidad de la vivencia, verdad de la interpretación y legitimidad de la respuesta— es indispensable para no caer en confusión moral. Sin embargo, una gran parte de la sensibilidad contemporánea tiende a borrarla. Allí donde alguien se presenta como herido, la sola herida parece arrastrar consigo una presunción de verdad, de inocencia o de prioridad moral. La empatía se convierte entonces en el nombre del deber de inclinarse ante esa prioridad.

No es difícil comprender de dónde nace esta sacralización. Durante mucho tiempo, innumerables formas de sufrimiento fueron negadas, ridiculizadas, minimizadas o tratadas como irrelevantes. Muchas personas aprendieron que mostrar dolor era ser débil, que verbalizar humillaciones era exagerar, que nombrar traumas era victimizarse, que expresar malestar era no saber aguantar. Frente a ese legado de dureza, la cultura contemporánea ha desarrollado una sensibilidad mucho más alerta a lo que duele. Esa corrección es valiosa. Ha permitido reconocer heridas antes invisibles, dar nombre a violencias normalizadas y abrir espacio a experiencias que durante mucho tiempo fueron tratadas con frialdad o incredulidad. Pero, como ocurre a menudo, la corrección de una ceguera puede derivar en una nueva unilateralidad. En este caso, la nueva unilateralidad consiste en suponer que el sufrimiento, por haber

sido tanto tiempo negado, debe ahora quedar investido de una autoridad casi incuestionable.

Esta inversión tiene consecuencias de gran alcance. Cuando el sufrimiento se sacraliza, deja de ser una realidad que exige comprensión para convertirse en una instancia que exige subordinación. Ya no basta con decir: “veo que esto te hiere” o “entiendo que lo vivas así”. Se espera algo más: que el reconocimiento de la herida suspenda la necesidad de examinar, matizar o corregir. El dolor empieza a funcionar como argumento. No siempre de manera explícita, pero sí de forma tácita y poderosa. La escena moral se organiza entonces según una lógica muy particular: quien sufre aparece investido de una autoridad que el otro debe respetar no sólo en el plano afectivo, sino también en el plano de la interpretación. El sufrimiento deja de pedir escucha y empieza a reclamar, en cierto modo, ratificación.

Éste es uno de los mecanismos más profundos por los que la empatía gana prestigio. Si el sufrimiento es tratado como una realidad casi sagrada, la actitud correcta frente a él parecerá ser aquella que menos lo contradiga, que menos lo incomode, que más rápidamente lo valide y que más cuidadosamente evite toda forma de distancia. La empatía, entendida de manera imprecisa, se vuelve así la respuesta moral por excelencia. Pero, al mismo tiempo, queda arrastrada hacia un terreno que la deforma. Porque comprender el sufrimiento no debería significar idolatrarlo. Reconocerlo no debería significar convertirlo en tribunal supremo. Y acompañarlo no debería implicar necesariamente que toda lectura surgida de él sea verdadera o toda reacción nacida de él quede justificada.

La sacralización del sufrimiento subjetivo produce una inversión muy característica de la carga de la prueba. En condiciones

normales de pensamiento, el sufrimiento de alguien constituye una razón fuerte para atender, escuchar, investigar y responder con cuidado. Pero no constituye por sí solo una prueba suficiente de que su versión de los hechos sea correcta. Cuando el sufrimiento se sacraliza, esa relación cambia. El dolor empieza a contar como una especie de evidencia moral que desplaza la necesidad de examen. Ya no se pregunta primero qué ocurrió y cómo debe interpretarse; se da por supuesto que la intensidad de la herida otorga una credibilidad privilegiada a la narración que la acompaña. La realidad subjetiva del padecimiento es trasladada sin mediaciones al plano de la verdad objetiva o intersubjetiva. Éste es un error serio, aunque culturalmente muy extendido.

La gravedad del error se ve mejor si se recuerda una verdad elemental: los seres humanos podemos sufrir profundamente por causas mal interpretadas. Podemos sentirnos traicionados sin haber sido objetivamente traicionados. Podemos vivir como desprecio lo que en realidad fue torpeza, distancia, desatención o incluso un gesto ambiguo que nuestra historia personal cargó de sentido hostil. Podemos sentirnos excluidos cuando el otro no tenía intención excluyente. Podemos experimentar humillación ante límites legítimos. Podemos también exagerar, desplazar, proyectar y construir narrativas defensivas alrededor de dolores auténticos. Nada de esto niega la realidad del sufrimiento. Lo que niega es otra cosa: la idea de que sufrir vuelva automáticamente verdadero todo lo que se afirma desde el sufrimiento.

Cuando esta diferencia desaparece, se produce una alteración profunda del vínculo entre empatía y verdad. La empatía deja de consistir en una apertura respetuosa hacia la vivencia ajena y pasa a ser casi una liturgia del reconocimiento doloroso. El otro ya no es

sólo comprendido; es colocado en una posición de intangibilidad. Su dolor no sólo merece cuidado; parece prohibir ciertas preguntas. Y ahí el sufrimiento ya no está siendo honrado con verdad, sino rodeado de una reverencia que puede resultar intelectualmente deshonesta y moralmente contraproducente. Porque una herida mal interpretada no se cura mejor por ser idolatrada. A veces se profundiza.

Esto es especialmente visible en relaciones cercanas. Muchas personas han aprendido a interpretar cualquier cuestionamiento a su lectura del daño como una segunda herida. Si alguien les dice: “entiendo que te hayas sentido así, pero no estoy seguro de que los hechos hayan sido exactamente como los describes”, viven esa frase no como una distinción legítima, sino como una falta de reconocimiento. El dolor se ha vuelto tan central en la organización moral del vínculo que cualquier separación entre experiencia y verdad parece una profanación. Sin embargo, esa separación es indispensable para toda relación madura. Sin ella, la vida compartida queda sometida a la versión afectivamente más intensa de los hechos, no a la más verdadera.

La sacralización del sufrimiento subjetivo altera también la comprensión de la inocencia. En muchas escenas contemporáneas, quien sufre tiende a ser percibido, al menos provisionalmente, como moralmente más puro que quien no sufre o que quien aparece como causa de ese sufrimiento. Esta percepción no siempre es absurda: hay sufrimientos infligidos injustamente que revelan una asimetría moral real. Pero cuando la lógica se generaliza, se introduce una peligrosa simplificación. Sufrir no hace necesariamente mejor. Ser herido no vuelve automáticamente lúcida una interpretación. El dolor puede producir claridad, pero también puede producir

ceguera, resentimiento, exageración, necesidad de castigar o deseo de blindar la propia versión. El sufrimiento puede purificar o puede deformar. No hay una ley moral simple al respecto.

Sin embargo, en la sensibilidad dominante actúa a menudo una especie de idealización del herido. El sujeto sufriente parece portar una verdad moral privilegiada simplemente por sufrir. Se lo escucha no sólo con mayor atención, sino con una deferencia que a veces se acerca a la desactivación del examen. Esta idealización tiene efectos poderosos en el espacio público, en la vida íntima y en la cultura del conflicto. Quien logra presentarse convincentemente como herido adquiere una ventaja simbólica considerable. No porque su posición sea necesariamente falsa, sino porque la cultura está predispuesta a atribuir al sufrimiento una autoridad que excede su alcance legítimo. La empatía, entonces, deja de ser una facultad de comprensión para convertirse en una obligación de reverencia.

Pero reverenciar el sufrimiento no es siempre respetarlo. A veces es una forma de no atreverse a entrar en la verdad compleja de aquello que lo causa, lo prolonga o lo deforma. Hay dolores que necesitan ser validados en un primer momento, sin duda. Pero hay dolores que también necesitan ser interpretados, trabajados, contradichos en ciertos aspectos o separados de narrativas que los absolutizan. Quien ama, educa, acompaña o cuida no puede limitarse a inclinarse ante toda herida como si ésta fuera autoexplicativa y normativamente soberana. Debe saber distinguir entre el hecho de que algo duele y la verdad de lo que se concluye a partir de ese dolor. La sacralización del sufrimiento impide esta tarea. Y al impedirla, no cuida mejor: cuida peor.

Hay además una consecuencia política y cultural muy importante. Cuando el sufrimiento subjetivo se vuelve casi sagrado, el espacio

de la deliberación pública cambia de estructura. Ya no se discute sólo o principalmente en torno a hechos, argumentos, principios o fines compartidos, sino en torno a heridas, agravios, experiencias lesionadas y reclamos de reconocimiento. Todo ello puede tener legitimidad real, pero cuando ocupa el lugar central sin suficiente mediación, introduce una lógica de competencia moral por el sufrimiento. Quien sufre más, quien logra mostrar más claramente su vulnerabilidad, quien exhibe mejor la profundidad del agravio, adquiere una especie de prioridad moral. La empatía se convierte entonces en el mecanismo por el cual esa prioridad debe ser reconocida. Y la crítica, por mínima que sea, corre el riesgo de parecer insensible o incluso cruel.

En esa lógica, el sufrimiento ya no es sólo una realidad a la que se responde, sino una categoría organizadora de autoridad. Esto tiene efectos muy delicados. Puede dificultar enormemente la tarea de pensar conflictos complejos donde varias partes sufren de modos distintos, donde las responsabilidades están distribuidas de manera desigual pero real, donde hay agravios cruzados, malas interpretaciones recíprocas o posiciones incompatibles que no pueden resolverse sólo intensificando la empatía. La sacralización del sufrimiento tiende a simplificar demasiado rápido estas escenas, porque busca una fuente moral clara y la encuentra en la herida. Pero la herida no siempre ilumina el conjunto. A veces sólo ilumina un sector desde dentro.

La relación entre sufrimiento y verdad necesita, por tanto, una reformulación más rigurosa. El sufrimiento es epistemológicamente valioso en un sentido preciso: revela algo sobre cómo una situación es vivida, sobre lo que en una relación pesa, duele, amenaza o desorganiza. Ignorarlo es una forma de ceguera. Pero el sufrimiento

no es una fuente suficiente de verdad sobre el mundo ni un criterio final de justicia. Puede indicar una herida real y, sin embargo, estar mal orientado en su diagnóstico. Puede señalar un problema importante y, a la vez, exagerar o desplazar sus causas. Puede hacer visible una dimensión ignorada y, sin embargo, no bastar para ordenar la respuesta correcta. Quien convierte el sufrimiento en realidad sagrada pierde esta complejidad.

También debe decirse que la sacralización del sufrimiento subjetivo modifica la propia relación del sujeto consigo mismo. Si la cultura enseña que el dolor confiere una forma ampliada de autoridad, el yo puede aprender a habitar sus heridas no sólo como padecimientos que deben ser elaborados, sino como posiciones moralmente ventajosas. No siempre de manera cínica o consciente. Muchas veces este aprendizaje es implícito. La persona descubre que, desde el dolor, obtiene reconocimiento, inmunidad, centralidad o suspensión del cuestionamiento. Y entonces el sufrimiento puede convertirse en un lugar identitario estabilizado. La empatía del entorno, en vez de acompañar un proceso de verdad y transformación, puede reforzar una fijación. No porque empatizar sea malo, sino porque se empatiza de manera confundida: no con la realidad compleja del sujeto, sino con la autoridad simbólica de su herida.

Esto es particularmente grave cuando la cultura pierde la capacidad de diferenciar entre consuelo y clarificación. Consolar a alguien puede ser necesario, incluso urgente. Pero no toda palabra verdadera es inmediatamente consoladora, ni toda palabra consoladora es verdadera. Una cultura que sacraliza el sufrimiento tenderá a privilegiar el consuelo sobre la clarificación, o a exigir que toda clarificación adopte una forma tan protectora que pierda filo.

La empatía queda entonces absorbida por una función paliativa: debe no agravar, no tensar, no herir más. Y esta función, aunque humanamente comprensible, puede impedir aquello que en algunos casos el sufrimiento más necesita: una lectura más rigurosa de sí mismo y de su contexto.

Por eso conviene establecer una tesis firme: **el sufrimiento merece respeto, pero no idolatría**. Respetarlo significa no negarlo, no banalizarlo, no tratarlo como irrelevante, no usar la verdad como arma contra él. Idolatrarlo significa conferirle una autoridad excesiva, protegerlo de toda distinción crítica y convertirlo en criterio casi supremo de legitimidad. La primera actitud es moralmente necesaria. La segunda es una deformación. Y la empatía sólo conserva su verdad si permanece del lado del respeto, no de la idolatría.

Una empatía madura podría formularse así ante el sufrimiento ajeno: “veo que esto te duele de verdad; quiero comprender cómo lo vives; no por eso daré por resueltas todas las preguntas sobre lo ocurrido, sobre tu interpretación y sobre la respuesta que deba darse”. Esta frase resume una posición difícil, pero indispensable. Permite honrar la experiencia sin canonizarla. Permite estar cerca del otro sin abdicar del juicio. Permite reconocer el peso del dolor sin entregarle una soberanía que no le corresponde. Ésa es, en el fondo, la alternativa filosóficamente seria frente a la sacralización contemporánea del sufrimiento subjetivo.

Porque el problema no es que la cultura actual se haya vuelto demasiado atenta al dolor. El problema es que, a veces, ha dejado de saber qué hacer con él salvo reverenciarlo. Y reverenciar no es necesariamente comprender. Comprender exige algo más sobrio y más fuerte: la capacidad de escuchar el sufrimiento, dejarse

interpelar por él, aprender de él aquello que revela y, al mismo tiempo, no convertirlo en ídolo moral. Sólo así la empatía deja de ser culto a la herida y se transforma en una forma más alta de hospitalidad hacia la experiencia ajena.

3.5. Prestigio moral y empobrecimiento conceptual

Hemos llegado así a un punto decisivo. La empatía se volvió una palabra moralmente prestigiosa porque coincidió con varias transformaciones profundas de la sensibilidad contemporánea: la expansión de la cultura terapéutica, la sospecha contra el juicio, la identificación entre crítica y violencia y la sacralización del sufrimiento subjetivo. Cada una de estas transformaciones contiene una verdad parcial. Cada una corrige una ceguera real. Pero, al confluir, producen también un efecto ambiguo: elevan el valor simbólico de la empatía al mismo tiempo que empobrecen su contorno conceptual. La palabra gana autoridad justo cuando empieza a perder precisión.

Éste es uno de los fenómenos más reveladores del lenguaje moral moderno. No todas las palabras prestigiosas se vacían, desde luego. Algunas conservan o incluso aumentan su densidad a medida que se vuelven culturalmente centrales. Pero otras sufren un proceso distinto: su prestigio les permite expandirse semánticamente sin demasiada resistencia, y esa expansión termina volviéndolas más útiles para la aprobación general que para el pensamiento riguroso. “Empatía” pertenece, en buena medida, a esta segunda clase. Cuanto más se la elogia, más cosas se espera que nombre. Cuanto más cosas se espera que nombre, menos claro queda qué nombra en sentido propio. Y cuanto menos claro queda, más fácilmente puede ser usada como consigna, como acusación, como adorno moral o como sustituto de distinciones más exigentes.

La lógica de este proceso es fácil de ver. Una palabra gana prestigio porque parece nombrar algo innegablemente bueno. En el caso de la empatía, lo bueno es evidente: reconocer al otro como sujeto de experiencia, no tratar su dolor con indiferencia, salir de la centralidad del propio punto de vista, escuchar antes de juzgar, no reducir la relación humana a pura abstracción. Todo esto tiene valor real. Pero una vez que la palabra se asocia fuertemente con ese valor, empieza a absorber otras funciones. Ya no designa sólo una capacidad de comprensión de la experiencia ajena, sino también una exigencia general de humanidad, una crítica implícita a la dureza, una norma de trato, una virtud interpersonal, un criterio de corrección pública y, en no pocos casos, una forma de validación casi automática del sufrimiento expresado. El prestigio abre el camino a la expansión. Y la expansión, si no se disciplina, lleva a la confusión.

El empobrecimiento conceptual no significa aquí que la palabra pierda fuerza afectiva. Al contrario: suele ganarla. Una noción moralmente inflada puede conmover más, movilizar más rápidamente, producir más consenso y operar con gran eficacia retórica. Pero precisamente por eso piensa menos. Su poder pasa a residir más en la resonancia que despierta que en la estructura que esclarece. Una palabra así no desaparece de la conversación; se vuelve ubicua. Pero su ubicuidad no es señal de precisión, sino de elasticidad. Sirve para demasiadas cosas. Y cuando un concepto sirve para demasiadas cosas, empieza a dejar de orientar con exactitud.

En el caso de la empatía, el empobrecimiento adopta varias formas. La primera ya la hemos visto: la reducción del concepto a una función sentimental. Se habla de empatía como si consistiera, en el

fondo, en sentir con el otro, en no endurecerse, en reaccionar con sensibilidad visible frente a su malestar. Esta reducción tiene algo de verdad, porque una empatía enteramente desprovista de afectividad resultaría abstracta o excesivamente fría. Pero al convertir la dimensión afectiva en criterio suficiente, se pierde la estructura más alta del concepto: la comprensión de una experiencia como experiencia ajena, con todas las exigencias de descentramiento, distinción y límite que eso implica.

La segunda forma de empobrecimiento es la absorción del concepto por el campo de la validación. “Empatizar” empieza a significar no sólo comprender, sino también confirmar, asegurar al otro que su vivencia basta para legitimar su lectura de la situación. La palabra se hace entonces más cálida, más consoladora, más inmediatamente gratificante. Pero esa ganancia afectiva se obtiene a costa de una pérdida intelectual. La distinción entre reconocer una emoción y aprobar una interpretación desaparece. Y con ella desaparece una de las capacidades más importantes de la vida moral adulta: la de acompañar sin mentir.

La tercera forma de empobrecimiento es la transformación de la empatía en un marcador casi total de calidad moral. Ya no se pregunta con precisión qué comprende alguien, cómo lo comprende, qué límites conserva, qué relación guarda esa comprensión con la verdad o con la justicia. Basta con que aparezca como “empático” para que adquiera legitimidad moral en términos generales. Esta ampliación reputacional es culturalmente poderosa, pero conceptualmente ruinosa. Convierte una facultad específica en una especie de aura ética global. Y toda aura dificulta el análisis. Allí donde algo se vuelve demasiado brillante moralmente, deja de ser mirado con la severidad que necesita.

La cuarta forma de empobrecimiento es el desplazamiento del concepto desde la estructura de la relación hacia la estética del trato. Importa cada vez menos si alguien comprende realmente al otro y cada vez más si maneja el tono, el vocabulario y el estilo afectivo que la cultura reconoce como señales de empatía. La forma visible reemplaza a la densidad invisible. Se llama "empático" al que sabe hablar con el código correcto de la sensibilidad, aunque no esté necesariamente captando la singularidad de la experiencia ajena. El concepto, de este modo, se desliza desde el trabajo interior de la comprensión hacia una gramática social del buen posicionamiento afectivo.

Pero hay una forma aún más profunda de empobrecimiento. La empatía, al volverse una palabra moralmente prestigiosa, empieza a ocupar el lugar de una solución general. Se la invoca allí donde el problema real exigiría distinciones más arduas: entre comprender y justificar, entre escuchar y ceder, entre acompañar y orientar, entre no humillar y no abdicar, entre cuidar y decir la verdad. La palabra funciona entonces como una especie de resumen tranquilizador. En lugar de pensar cuidadosamente la complejidad del caso, se dice: "faltó empatía" o "hace falta empatía". No siempre es falso. Pero muchas veces es insuficiente. La apelación a la empatía reemplaza el trabajo conceptual por una consigna moral de alta aceptabilidad.

Este desplazamiento tiene algo muy atractivo. Permite parecer a favor del bien sin verse obligado a precisar demasiado qué exige el bien en esa situación concreta. La palabra facilita una virtud de superficie: una virtud del tono, del posicionamiento y de la reputación. Se puede invocar la empatía sin haber aclarado si lo que corresponde es escuchar, perdonar, corregir, poner un límite, revisar los hechos, reconocer una herida, desactivar un chantaje afectivo o

distinguir entre experiencia y verdad. La misma palabra parece bastar para todos esos casos. Y precisamente ahí se revela su empobrecimiento conceptual. Un concepto rico distingue. Un concepto empobrecido unifica de manera prematura.

La consecuencia no es sólo teórica. Allí donde el lenguaje moral se empobrece, también se empobrece la práctica. Si ya no distinguimos bien entre empatía, compasión, piedad, validación, justificación, amor, amabilidad y acuerdo, empezamos a responder mal a las situaciones humanas concretas. Llamamos compasión a lo que es indulgencia. Llamamos amor a lo que es dependencia validante. Llamamos comprensión a lo que es miedo al conflicto. Llamamos escucha a lo que es simple pasividad. Y llamamos falta de empatía a cualquier forma de resistencia crítica. El empobrecimiento conceptual se convierte entonces en empobrecimiento ético. No porque una palabra equivocada lo determine todo, sino porque las distinciones del lenguaje ayudan a sostener las distinciones del alma.

Este punto merece insistencia. Las palabras no son meros adornos de la conciencia. Organizan atención. Señalan relevancias. Delimitan fenómenos. Permiten o impiden ver. Cuando el lenguaje moral se vuelve borroso, no sólo hablamos peor; también percibimos peor y decidimos peor. La inflación del término “empatía” no es una simple moda verbal. Es el síntoma de una dificultad más profunda para ordenar la relación entre sensibilidad, verdad y juicio. En una cultura donde esa relación se ha vuelto inestable, la palabra prestigiosa ofrece un refugio. Pero el refugio es engañoso si impide pensar.

Hay además una razón estructural por la cual el prestigio favorece el empobrecimiento. Las palabras muy valoradas culturalmente

tienden a volverse menos discutibles. Y lo menos discutible se vuelve menos examinado. Nadie quiere parecer “en contra” de algo que suena tan evidentemente bueno. Cuestionar la manera en que se usa “empatía” corre el riesgo de ser malinterpretado como rechazo de la humanidad, de la escucha o del sufrimiento ajeno. Esta dificultad produce un efecto de inmunización. La palabra queda protegida de la crítica precisamente por su brillo moral. Y cuanto menos es criticada, más fácilmente se extiende a terrenos donde ya no opera con precisión. El prestigio se convierte así en obstáculo para el pensamiento.

Sin embargo, esa inmunización no fortalece realmente el concepto. Lo debilita. Una noción que no puede ser distinguida, matizada o criticada termina transformándose en herramienta de conformidad moral. Sirve para señalar quién ocupa el lugar correcto en el código afectivo del momento. Pero deja de servir para pensar con rigor qué ocurre cuando un ser humano intenta comprender a otro sin perder por ello la relación con la verdad. La empatía, entonces, ya no aparece como un problema difícil y noble, sino como una obligación sentimental más o menos obvia. Y al volverse obvia, se trivializa.

Hay aquí una paradoja importante. Una cultura que valora mucho la empatía debería, si fuera coherente, esforzarse por pensarla mejor. Pero con frecuencia ocurre lo contrario: la valora tanto que ya no se siente obligada a precisar su sentido. El prestigio sustituye a la reflexión. Se cree haber resuelto un problema porque se ha elegido la palabra correcta para nombrarlo. Pero elegir una palabra prestigiosa no es comprender el problema que ella encubre. Es apenas comenzar a nombrarlo. La tarea filosófica empieza precisamente allí donde el consenso moral demasiado rápido hace creer que ya no hay nada por aclarar.

De ahí se sigue una exigencia decisiva: desinflar la palabra sin empobrecer la realidad que nombra. No se trata de quitarle valor a la empatía, ni de oponerle una moral de la dureza, ni de negar la necesidad de reconocer el sufrimiento y la perspectiva del otro. Se trata de otra cosa: de impedir que su prestigio haga imposible la precisión. Hay que devolverle al concepto su dificultad propia. Hay que sustraerlo al uso meramente reputacional. Hay que separar su núcleo de las proyecciones afectivas, las inflaciones morales y las simplificaciones pedagógicas que hoy lo rodean. Sólo entonces lo valioso de la empatía podrá ser salvado de la niebla que su propia popularidad ha producido.

Este trabajo exige un cambio de actitud intelectual. En lugar de preguntar si estamos "a favor" o "en contra" de la empatía, habrá que preguntar qué estructura tiene realmente, qué distingue a la comprensión del acuerdo, cómo se relaciona con la verdad, qué papel desempeña el cuerpo en ella, qué lugar conservan el juicio y la responsabilidad, qué límites internos la protegen de la proyección y por qué puede ser tan valiosa sin ser una virtud total. Estas preguntas no rebajan el término. Lo elevan. Porque sólo un concepto sometido a rigor puede resistir su propio prestigio sin disolverse en él.

Podría decirse, en síntesis, que el problema central de la empatía en la cultura contemporánea no es su exceso de presencia, sino su exceso de prestigio unido a una insuficiencia de diferenciación. La palabra está demasiado cargada moralmente y demasiado poco trabajada conceptualmente. Se la honra más de lo que se la entiende. Y por eso es tan fácil que funcione como sustituto del pensamiento. Precisamente contra ese riesgo se ha escrito este libro.

La tarea que sigue, entonces, ya no puede limitarse a criticar malentendidos o a describir condiciones culturales. Hace falta reconstruir positivamente el concepto. Hace falta volver a preguntar, con la mayor precisión posible, qué es realmente la empatía cuando no se la confunde ni con amabilidad, ni con aprobación, ni con simple sensibilidad, ni con virtud total, ni con mera validación del sufrimiento. Sólo a partir de esa reconstrucción podremos salir del círculo vicioso en el que hoy se encuentra el término: cuanto más prestigioso, menos preciso; cuanto menos preciso, más manipulable; cuanto más manipulable, menos capaz de cumplir la tarea humana profunda que originalmente lo justificaba.

Con esto concluye la parte diagnóstica inicial del libro. Ya han sido expuestas las confusiones principales, la historia del término y las condiciones culturales que explican su prestigio actual. El paso siguiente debe ser más exigente: dejar atrás el análisis de sus deformaciones y entrar, por fin, en el intento de definir con rigor qué es la empatía en su estructura propia. Allí comenzará el verdadero trabajo positivo de la obra.

PARTE II

QUÉ ES REALMENTE LA EMPATÍA

CAPÍTULO 4.

DEFINICIÓN FUERTE DEL CONCEPTO

4.1. La empatía como acceso a la experiencia ajena

Después de haber recorrido las principales confusiones del término, resulta posible formular ya una pregunta más estricta: **¿qué es, en sentido propio, la empatía?** No qué se suele llamar así, no qué usos prestigiosos arrastra hoy la palabra, no qué demandas afectivas se

expresan a través de ella, sino qué estructura real designa cuando se la toma con rigor. Esta pregunta exige abandonar las aproximaciones laxas y entrar en una definición más fuerte. No basta con decir que la empatía es “ponerse en el lugar del otro”, porque esa fórmula es demasiado rápida y demasiado ambigua. No aclara qué significa ponerse, hasta dónde es posible, qué diferencia queda entre el sujeto que comprende y el sujeto comprendido, ni cómo se evita convertir la alteridad ajena en una proyección del propio mundo interior. Hace falta, por tanto, una formulación más exigente.

La tesis central de este capítulo será la siguiente:

La empatía es una forma de acceso a la experiencia ajena por la cual otro ser humano comparece ante mí como sujeto de vivencias, y no sólo como objeto exterior, sin que por ello su experiencia deje de ser ajena ni mi comprensión de ella quede exenta de límite.

Esta formulación debe ser explicada con cuidado. En ella hay cuatro afirmaciones decisivas.

La primera es que la empatía es una forma de **acceso**. No designa una pura emoción, ni un simple estado de benevolencia, ni una virtud genérica de trato. Designa una relación cognitivo-afectiva con algo que no soy yo: la experiencia de otro. Llamarla acceso significa dos cosas a la vez. Por un lado, que no estamos completamente encerrados en nuestra propia conciencia. Por otro, que tampoco poseemos al otro de manera plena. Hay una apertura real, pero no una transparencia total. La empatía nombra precisamente ese régimen intermedio de presencia: una cercanía que no elimina la diferencia.

La segunda afirmación es que aquello a lo que se accede no es cualquier rasgo del otro, sino su **experiencia**. Esto significa que la empatía no se dirige primariamente a datos externos, a meros comportamientos observables o a funciones sociales, sino al modo en que el mundo aparece para el otro desde su situación. Cuando empatizo, no me limito a constatar que alguien llora, grita, calla o se tensa. Intento captar qué significa para él lo que vive, qué tono tiene su experiencia, qué herida, temor, pérdida, alegría, vergüenza o esperanza organiza interiormente su relación con aquello que está ocurriendo. La empatía no mira sólo lo que el otro hace; intenta comprender cómo vive.

La tercera afirmación es que el otro comparece, en esta relación, como **sujeto de vivencias**. Éste es quizá el punto más importante. Empatizar no significa añadir sentimientos propios a un objeto neutro, sino reconocer que delante de mí hay alguien para quien el mundo también existe desde dentro. El otro ya no aparece sólo como cuerpo, rostro, voz, función, carácter o papel social. Aparece como centro de experiencia. La empatía rompe, por tanto, la cosificación espontánea a la que tendemos con facilidad. Nos obliga a reconocer que lo que vemos desde fuera está habitado por una interioridad. En este sentido, la empatía no es un lujo emocional de la relación humana; es una de las formas más profundas de rescatar al otro de su reducción a cosa.

La cuarta afirmación es que esa experiencia sigue siendo **ajena**. Aquí se juega la diferencia entre empatía e identificación. Si el acceso a la experiencia del otro eliminara su ajenidad, ya no habría empatía propiamente dicha. Habría fusión, confusión o apropiación. Comprender al otro no significa dejar de reconocer que lo comprendido no me pertenece en primera persona. La experiencia

del otro se me hace presente como suya, no como mía. Esta diferencia no es una carencia del acceso empático; es su condición. Sólo porque el otro sigue siendo otro puede ser respetado en su alteridad. Y sólo porque mi comprensión no es posesión puede seguir abierta a corrección, matiz y profundización.

Estas cuatro afirmaciones permiten ya una primera definición más condensada:

La empatía es la capacidad de acoger al otro como sujeto de experiencia y de aproximarse comprensivamente a cómo vive una situación desde su propia perspectiva, sin reducir esa experiencia ni a mero comportamiento exterior ni a una reproducción exacta de la propia interioridad.

Esta definición debe defenderse contra varias reducciones posibles.

La primera reducción es la conductista o exteriorista. Según esta reducción, la empatía sería simplemente una lectura correcta de signos visibles: ver una expresión, notar una postura, registrar una emoción aparente. Sin duda, la empatía comienza muchas veces por algo de ese orden. Un gesto, un silencio o una inflexión de la voz pueden abrirnos a la vivencia ajena. Pero si el concepto se redujera a ese nivel, estaríamos hablando sólo de percepción o de interpretación de señales. La empatía exige algo más: que esas señales sean recibidas como manifestación de una experiencia vivida. No basta con notar que alguien baja la mirada; hay que captar que esa mirada baja puede estar atravesada por vergüenza, cansancio, evitación, dolor o defensa. El signo visible importa, pero no como simple dato: importa como umbral de una interioridad.

La segunda reducción es la emotivista. Según ella, la empatía consistiría en sentir algo parecido a lo que siente el otro. Aquí

también hay una verdad parcial. La experiencia ajena puede resonar en mí afectivamente. Pero si la empatía se redujera a esa resonancia, quedarían sin explicar dos cosas decisivas: la diferencia entre contagio y comprensión, y la posibilidad de empatizar incluso cuando no reproduzco intensamente la emoción ajena. Puedo comprender con bastante hondura la desesperación de alguien sin quedar yo mismo desesperado. Puedo captar la vergüenza del otro sin tener que sentir en mí una vergüenza equivalente. La empatía puede incluir afectación, pero no se mide sólo por ella. Su centro está en la comprensión de la experiencia ajena, no en la intensidad de mi eco emocional.

La tercera reducción es la imaginativa entendida de manera ingenua. Aquí se piensa que empatizar es "imaginar qué haría yo en su lugar". Pero esta fórmula encierra una trampa. Preguntarme qué haría yo en esa situación puede ser un ejercicio preliminar útil, pero no equivale todavía a comprender al otro. Porque el punto no es qué viviría yo si estuviera ahí siendo yo, con mi historia, mis rasgos, mis heridas y mis esquemas; el punto es qué vive él siendo él. La imaginación empática sólo se vuelve verdaderamente fecunda cuando deja de usarse como proyección del yo y se disciplina para intentar acercarse a la singularidad ajena. De lo contrario, el supuesto acceso al otro termina siendo una forma refinada de autoextensión.

Estas reducciones fallan por una razón común: no conservan la tensión propia del fenómeno. La empatía es difícil de definir porque obliga a mantener juntos dos elementos que tendemos a separar o a confundir. Por un lado, exige **proximidad**: no puedo empatizar con el otro si permanezco enteramente fuera de su horizonte. Por otro, exige **distancia**: no puedo empatizar si elimino la diferencia entre su experiencia y la mía. Si hay pura distancia, sólo observo. Si hay pura

fusión, ya no reconozco alteridad. La empatía habita el espacio intermedio entre ambas. Es proximidad sin absorción, acceso sin posesión, comprensión sin apropiación.

Ésta es una de las razones por las cuales el concepto tiene tanta hondura filosófica. No se limita a describir una habilidad interpersonal útil. Expresa algo más radical sobre la condición humana: que el otro puede hacerse presente en su interioridad sin dejar de ser otro. La empatía revela, en este sentido, que la alteridad no es ni muralla infranqueable ni materia disponible. Es una presencia accesible en forma limitada. Esta estructura es fundamental para toda vida verdaderamente humana. Sin ella, el otro sería o una cosa o un espejo. Y ninguna de esas dos figuras basta para una relación digna con la realidad ajena.

Ahora bien, el acceso empático no es neutro. No se parece al conocimiento puramente objetivante. Cuando comprendo una fórmula matemática o describo un mecanismo físico, el objeto de conocimiento no comparece como centro de experiencia. En la empatía, en cambio, el otro no es sólo aquello sobre lo que sé algo; es alguien cuya interioridad reclama una modificación de mi modo de estar ante él. Por eso la empatía tiene desde el comienzo una dimensión ética implícita. No porque ya contenga toda la moralidad, sino porque reconocer a alguien como sujeto de experiencia transforma inmediatamente el tipo de relación que resulta legítima con él. La empatía no decide todavía qué debo hacer, pero sí impide ciertas formas de ceguera. Hace más difícil tratar al otro como si no sintiera, como si no interpretara, como si su mundo interior fuera irrelevante.

Sin embargo, sería un error convertir esta implicación ética en una idealización del concepto. Que la empatía abra al otro como sujeto

no significa que ya asegure bondad, justicia o verdad. La apertura puede darse y, sin embargo, ser parcial, interesada, instrumental o moralmente insuficiente. Puedo acceder bastante bien a la experiencia ajena y usar ese conocimiento para manipularla. Puedo comprender el miedo del otro y explotarlo. Puedo captar su necesidad de aprobación y gobernarlo a través de ella. Esto muestra algo esencial: la empatía es valiosa, pero no santa; profunda, pero no soberana; necesaria para una relación humana no bárbara, pero incapaz de sustituir por sí sola a la rectitud moral.

Por eso conviene precisar aún más el tipo de acceso que la empatía ofrece. No se trata de un acceso exhaustivo, ni infalible, ni puramente interior, ni totalmente exterior. Se trata de una comprensión situada, mediada por la expresión, por el cuerpo, por el lenguaje, por el contexto y por la propia capacidad del sujeto de descentramiento. El otro comparece como sujeto de experiencia, sí, pero esa comparecencia requiere interpretación, atención, tacto y apertura a la corrección. La empatía no elimina la posibilidad de error. De hecho, sólo puede practicarse bien cuando acepta que su comprensión es siempre, en alguna medida, tentativa. La verdadera empatía no es omnisciente; es humilde.

Esta humildad es decisiva. Toda vez que alguien dice “sé exactamente lo que te pasa”, el concepto comienza a deformarse. No porque no pueda haber comprensiones profundas, sino porque el “exactamente” sugiere una posesión que la estructura misma de la alteridad no permite. La experiencia del otro puede volverse inteligible para mí; no se vuelve por eso idéntica a mi propia experiencia. Si olvido esta diferencia, la empatía se convierte en apropiación. Si la conservo, la empatía se vuelve una forma de

hospitalidad de la conciencia: dejo entrar el mundo del otro en mí sin confundirlo con el mío.

Esta imagen de la hospitalidad resulta especialmente fecunda. Empatizar no es invadir el territorio del otro ni traerlo a la fuerza al propio. Es abrir un espacio en mí para que su experiencia pueda aparecer como significativa. Hospitalidad no significa aquí sumisión ni renuncia al juicio. Significa disponibilidad para que el otro comparezca no como objeto de análisis frío ni como extensión de mi sentimiento, sino como alguien para quien las cosas también pesan, hieren, alegran o desorganizan. La empatía es hospitalaria porque recibe la interioridad ajena como digna de comparecer. Pero es también lúcida porque no la canoniza ni la convierte en ley.

Puede verse ahora por qué la definición fuerte del concepto no puede prescindir ni de la dimensión cognitiva ni de la dimensión afectiva. Sin cierta apertura afectiva, el otro permanecería demasiado lejos como para que su experiencia me concerniera realmente. Sin cierta estructura cognitiva, esa apertura afectiva se volvería mero contagio o conmoción informe. La empatía exige una inteligencia sensible o una sensibilidad inteligida. No basta sentir; hay que comprender. No basta comprender desde fuera; hay que dejarse tocar. La riqueza del fenómeno está justamente en esa articulación.

Esto también explica por qué la empatía no es lo mismo que compasión. La compasión añade un paso ulterior: el deseo de aliviar el sufrimiento o de responder al bien del otro. La empatía puede conducir a la compasión, pero no la contiene necesariamente. Lo específico de la empatía está antes: en el acceso comprensivo a la experiencia ajena. Tampoco es lo mismo que el amor, porque el amor incluye voluntad de bien, fidelidad y responsabilidad de un

orden más pleno. La empatía es más básica y más frágil. Abre una puerta. No determina todavía toda la casa moral que podrá edificarse después.

Si hubiera que condensar todo este apartado en una fórmula rigurosa, podría decirse así:

La empatía es la capacidad de dejar comparecer al otro como centro de experiencia y de aproximarse, con sensibilidad y lucidez, al modo en que una situación se le da desde su propia perspectiva, sin por ello apropiarse de su vivencia ni renunciar a la diferencia entre comprender y coincidir.

Esta definición ya nos aleja considerablemente de los usos vulgares del término. La empatía no es simple amabilidad, porque no se reduce a modales del trato. No es dar la razón, porque no pertenece primariamente al orden del asentimiento. No es mera sensibilidad emocional, porque no se agota en el impacto afectivo que el otro produce en mí. No es virtud total, porque no contiene por sí sola ni verdad, ni justicia, ni amor. Es algo más preciso y más difícil: una forma de acceso a la experiencia ajena que descentra al yo sin abolirlo, que reconoce al otro sin fundirse con él y que prepara el terreno para una relación más humana con la alteridad.

Desde aquí ya puede darse el siguiente paso: examinar con mayor precisión qué significa exactamente decir que la empatía se dirige a la perspectiva del otro, al mundo tal como se le aparece. Es decir, pasar del acceso general a la experiencia ajena al análisis más fino de eso que podríamos llamar su **mundo vivido**. Ahí se jugará una parte fundamental de la definición.

4.2. Perspectiva, vivencia y mundo vivido

Decir que la empatía es acceso a la experiencia ajena obliga a precisar qué significa exactamente “experiencia”. No basta con hablar de emociones, estados internos o contenidos psíquicos de manera vaga. La experiencia humana no es una suma de sensaciones flotantes ni una colección de datos aislados dentro de una conciencia cerrada. Toda experiencia acontece siempre desde una perspectiva, dentro de una situación y en relación con un mundo que se presenta de determinada manera para quien lo vive. Por eso, si se quiere comprender con rigor qué capta la empatía, hay que introducir tres nociones inseparables: **perspectiva, vivencia y mundo vivido**.

La **vivencia** es aquello que alguien experimenta realmente: dolor, miedo, vergüenza, alivio, pérdida, gratitud, confusión, entusiasmo, humillación, esperanza. Pero ninguna vivencia existe en estado puro, como si fuera una entidad aislada suspendida en el vacío. Toda vivencia es vivencia de algo, ante algo, en una situación concreta, desde una historia determinada. La tristeza no es una sustancia interior genérica; es tristeza por una pérdida, por una ausencia, por una frustración, por una ruptura o por un miedo anticipado. La vergüenza no es simplemente un malestar interno; es vergüenza ante una exposición, una mirada, una caída de la propia imagen, una sensación de no estar a la altura. Lo vivido está siempre estructurado por un sentido.

La **perspectiva** nombra precisamente el lugar desde el cual ese sentido aparece. No se trata sólo de un “punto de vista” intelectual, como si bastara con tener una opinión distinta sobre los hechos. Perspectiva significa aquí la configuración concreta desde la cual el mundo se ofrece a una conciencia: una historia previa, una sensibilidad determinada, una posición en una relación, una

memoria de heridas, una expectativa, un temor, una esperanza, una capacidad o incapacidad de soportar ciertas experiencias. Dos personas pueden atravesar una misma situación externa y vivirla de modos profundamente distintos porque no habitan la misma perspectiva. Lo que para una es corrección justa, para otra puede sentirse como humillación. Lo que para una es distancia razonable, para otra puede aparecer como abandono. Lo que para una es desafío estimulante, para otra puede resultar amenaza insoportable.

Pero la perspectiva no es un filtro puramente subjetivo puesto sobre una realidad neutra. Tampoco es una ilusión arbitraria. Es la forma concreta en que el mundo se le da a alguien desde su existencia situada. Aquí entra la tercera noción: el **mundo vivido**. Esta expresión es decisiva porque evita dos errores opuestos. El primero sería pensar que la empatía se dirige sólo a "emociones internas" encerradas dentro de la persona. El segundo sería creer que basta con conocer los hechos externos para comprender la experiencia. El mundo vivido es la realidad tal como aparece significativa para un sujeto en una situación concreta. No es sólo lo que ocurre "afuera", ni sólo lo que ocurre "adentro". Es el entrelazamiento de ambos: el mundo en cuanto vivido.

Este punto merece ser llevado con toda claridad. Cuando alguien sufre una traición, por ejemplo, lo que vive no es sólo una emoción llamada dolor. Vive un mundo que se ha vuelto inseguro, una confianza que se ha roto, una memoria compartida que cambia de signo, una propia identidad que puede tambalearse. Cuando alguien se avergüenza, no vive sólo un malestar interno. Vive un espacio social que se vuelve hostil o insoportable, una propia imagen que cae, una exposición que parece dejarlo desnudo ante otros. Cuando alguien teme, no vive simplemente "miedo" como sustancia

psíquica. Vive un mundo cargado de amenaza, de anticipación, de peligro posible. La vivencia reconfigura el mundo vivido.

Esto significa que la empatía no apunta sólo a registrar emociones, sino a comprender **cómo se ha reorganizado el mundo para el otro**. En esto consiste una de sus tareas más altas. Empatizar no es decir simplemente: "veo que estás triste". Es intentar captar qué se ha vuelto oscuro, qué ha perdido peso o lo ha ganado, qué se ha quebrado, qué se ha vuelto inhabitable, qué amenaza, qué falta, qué duele, qué llama, qué aplasta. La empatía profunda no se limita al nombre psicológico de un estado; intenta acceder a la estructura de sentido que organiza ese estado.

Por eso la fórmula corriente "ponerse en el lugar del otro" sólo se vuelve filosóficamente fecunda cuando se corrige. No se trata de ocupar imaginariamente una posición geométrica. Se trata de aproximarse a la configuración de mundo desde la cual algo adquiere para el otro el sentido que tiene. "Lugar" significa aquí horizonte vivido, no mera localización externa. Comprender a alguien no es únicamente pensar "yo también habría sentido eso", sino preguntarse: "¿cómo se le ha vuelto el mundo para que esto signifique lo que significa?". La empatía no es reproducción automática de emoción, sino acceso a una perspectiva encarnada.

Esto permite entender mejor por qué la empatía exige más que información. Saber muchos datos sobre una persona no equivale todavía a comprender su mundo vivido. Puedo conocer hechos de su biografía, saber qué ocurrió, cuándo, cómo y con quién, y aun así no captar qué peso existencial tiene eso para ella. Del mismo modo, puedo disponer de una descripción exacta de una situación y no comprender en absoluto cómo se vive desde dentro. La empatía no se satisface con datos porque el sentido vivido no se deja reducir a

una cronología objetiva. Necesita una forma de inteligencia capaz de articular hechos, contexto, expresión, historia y tono afectivo.

Tampoco debe creerse, sin embargo, que el mundo vivido sea una realidad puramente privada e inaccesible. Si fuera así, la empatía sería imposible. El mundo vivido se expresa: en el cuerpo, en la voz, en la selección de palabras, en los silencios, en los ritmos, en los gestos, en las prioridades, en las deformaciones de la atención, en la manera en que alguien cuenta lo que le ocurre. Una persona aterrada no sólo "tiene miedo dentro"; su mundo se estrecha, su atención se fija, su cuerpo se prepara, su lenguaje cambia, su tiempo interior se acelera o se paraliza. Una persona humillada no sólo siente dolor; puede encogerse, defenderse, irritarse, retraerse, anticipar nuevas amenazas. El mundo vivido comparece, aunque nunca de manera total, en las formas visibles y narrables de la experiencia.

Aquí se vuelve especialmente importante la diferencia entre **hecho** y **sentido**. Dos sujetos pueden estar ante el mismo hecho y no habitar el mismo sentido. Pero esto no significa que el sentido sea un puro invento. Significa que los hechos humanos comparecen siempre dentro de horizontes de significación. Una frase dicha por un profesor, por ejemplo, puede ser vivida por un alumno como corrección útil o como exposición humillante; por un hijo, un silencio del padre puede ser vivido como distancia comprensible o como abandono intolerable; una decisión de pareja puede ser vivida como necesidad legítima o como traición. La empatía se mueve justamente en ese espacio donde el sentido vivido no coincide automáticamente con la descripción externa del hecho.

Ahora bien, reconocer esto no obliga a relativizarlo todo. Y aquí conviene ser muy preciso. Que la experiencia esté configurada por

una perspectiva y un mundo vivido no significa que todas las perspectivas valgan lo mismo ni que toda significación subjetiva sea correcta. La empatía no consiste en decir: “como así se te aparece el mundo, entonces así es el mundo”. Consiste en algo más fino: “quiero comprender cómo se te aparece el mundo y qué verdad o qué error puede haber en esa aparición”. La perspectiva debe ser comprendida antes de ser juzgada bien, pero no por eso queda exenta de juicio. Ésta es una diferencia decisiva. Sin ella, la noción de mundo vivido se deslizaría hacia una forma de subjetivismo sentimental.

De hecho, una de las funciones más nobles de la empatía es precisamente esta: distinguir entre la **realidad de una vivencia** y la **corrección de la interpretación** sin negar ninguna de las dos dimensiones. El mundo puede aparecerme realmente como amenazante y, sin embargo, no ser objetivamente tan amenazante como creo. Puede aparecérseme una acción como desprecio y no ser desprecio en sentido estricto. Puede vivírseme una corrección como humillación y no haber sido dada con intención humillante. La apariencia vivida tiene realidad fenomenológica; eso no la convierte automáticamente en verdad suficiente sobre los hechos. La empatía debe comprender el mundo vivido sin canonizarlo.

Aquí se entiende mejor por qué la perspectiva del otro no puede ser confundida con su opinión explícita. Muchas veces una persona no sabe formular bien lo que vive. A veces siente algo y lo explica con categorías imprecisas, defensivas o heredadas. Otras veces su propio relato está atravesado por confusión. La empatía madura no se limita a aceptar su primera autodescripción como si fuera transparencia perfecta. Atiende a lo que dice, sí, pero también al modo en que lo dice, a lo que repite, a lo que evita, a las

contradicciones entre su expresión y su explicación, al tono general de su experiencia. Comprender una perspectiva no es obedecer un relato; es acercarse al mundo vivido que ese relato expresa y también oculta.

Por eso la empatía exige una escucha más profunda que la mera recepción literal. Hay personas que dicen “estoy enfadado” cuando en realidad están heridos. O dicen “no me importa” cuando lo que viven es vergüenza o humillación. O dicen “me da igual” cuando están desoladas. El mundo vivido no siempre se entrega en un lenguaje exacto. A veces necesita ser interpretado con tacto y prudencia. Pero esa interpretación sólo es legítima si mantiene la humildad suficiente para no convertirse en apropiación. La empatía no tiene derecho a colonizar la experiencia ajena con una teoría excesivamente segura de lo que le pasa al otro.

Esto introduce una verdad metodológica importante: la empatía es siempre una **aproximación interpretativa situada**. No es percepción pura, no es inferencia pura y no es contagio puro. Contiene elementos de percepción, porque parte de expresiones concretas. Contiene elementos de interpretación, porque esas expresiones no se traducen solas. Contiene a veces resonancia afectiva, porque el mundo del otro nos toca. Pero su unidad no está en ninguna de esas piezas por separado, sino en el esfuerzo por entrar en la configuración de sentido desde la que algo aparece para el otro como aparece.

La noción de mundo vivido permite también entender por qué la empatía es inseparable del tiempo. No comprendemos sólo estados fijos, sino trayectorias. Una emoción actual está unida a una historia, a una memoria, a anticipaciones futuras. Un rechazo puede pesar hoy no sólo por el hecho presente, sino por una cadena de

rechazos anteriores que han moldeado la vulnerabilidad del sujeto. Una observación puede vivirse como devastadora no por su contenido aislado, sino porque cae sobre una vieja herida de insuficiencia. Empatizar es captar también, en alguna medida, esta temporalidad condensada. El otro no vive nunca desde cero; vive desde una historia sedimentada.

Pero tampoco hay que exagerar esta temporalidad hasta hacer de la empatía una genealogía total del alma. No siempre necesitamos reconstruir toda la historia de alguien para captar algo esencial de su mundo vivido. A veces basta una escena, un gesto, una frase, una pérdida concreta. El peligro aquí sería convertir la empatía en una teoría exhaustiva de la persona. Y eso volvería el concepto inoperante. La empatía no exige saberlo todo, sino captar suficientemente bien qué significa una situación para otro desde el punto en que se encuentra. Puede ser profunda sin ser total. De hecho, sólo puede ser profunda si acepta que no será total.

Todo esto permite proponer una formulación más precisa de la relación entre perspectiva, vivencia y mundo vivido:

La empatía se dirige a la vivencia del otro en cuanto articulada por una perspectiva desde la cual el mundo se le ofrece con un determinado sentido.

Esta formulación importa porque aleja el concepto de dos errores muy comunes. El primero, psicologizarlo demasiado, como si sólo se tratara de “emociones internas”. El segundo, objetivarlo demasiado, como si bastara con conocer circunstancias externas. La empatía verdadera se mueve entre ambos extremos: ni puro interior sin mundo, ni puro mundo sin interior. Capta la experiencia como un mundo vivido por alguien.

Desde esta perspectiva puede entenderse mejor por qué la empatía no es un lujo sentimental, sino una facultad epistemológica y moralmente decisiva. Sin ella, vemos conductas pero no mundos. Vemos reacciones pero no significados. Vemos palabras pero no el peso que esas palabras tienen para quien las pronuncia. El otro queda entonces reducido a su apariencia externa o a nuestra clasificación rápida de su estado. La empatía, en cambio, nos obliga a retrasar esa reducción y a aceptar que detrás de un gesto visible hay un modo de habitar el mundo que no coincide con el nuestro.

Sin embargo, esta apertura a la perspectiva ajena no debe convertirse en sumisión a ella. Comprender que el mundo se le aparece de cierta manera al otro no nos obliga a renunciar a examinar si esa aparición es adecuada, exagerada, parcial, deformada o justa. Lo que sí nos obliga es a no juzgarla como si surgiera de la nada. Toda experiencia tiene una lógica interna. La empatía consiste en entrar en esa lógica antes de evaluarla. No para quedar cautivos de ella, sino para no ser ciegos ante lo que significa para quien la vive.

Podría decirse, finalmente, que el mundo vivido es el verdadero objeto de la empatía porque la vida humana nunca se juega sólo en hechos ni sólo en sentimientos, sino en **hechos significados**. Y esos significados no son accesorios: estructuran el modo en que alguien sufre, espera, se defiende, se daña o ama. Empatizar es entrar en contacto con esa estructura de sentido sin apropiársela y sin idolatrarla. Es comprender cómo algo se vuelve, para otro, pérdida, amenaza, alivio, humillación, refugio o promesa.

Éste es el nivel al que el concepto empieza a mostrar toda su profundidad. La empatía ya no aparece como simple “sentir con”, ni como “ser amable”, ni como “dar la razón”, sino como una

capacidad de acceso al mundo vivido ajeno. Pero para que esta capacidad no se deforme, necesita todavía una precisión más: distinguirse claramente de la fusión. Comprender el mundo del otro no es convertirse en él. Éste será el siguiente paso.

4.3. Comprender no es fusionarse

Una de las mayores dificultades para pensar la empatía con rigor consiste en distinguirla de la fusión. En el uso corriente, cuanto más intensamente alguien parece entrar en el mundo del otro, más empático se lo considera. De ahí nace una ilusión muy persistente: que la forma más alta de empatía sería aquella en la que casi desaparece la diferencia entre quien comprende y quien es comprendido. Según esta imagen, la plenitud del vínculo consistiría en sentir exactamente lo mismo, en sufrir con idéntica intensidad, en "ser uno" con la experiencia ajena. Pero esta imagen, aunque afectivamente seductora, es filosóficamente falsa. **La empatía no culmina en la fusión; se destruye en ella.**

La razón de fondo es sencilla y decisiva: sólo puedo empatizar con el otro en la medida en que el otro sigue siendo otro. Si su experiencia deja de aparecerme como ajena, ya no la estoy comprendiendo como experiencia ajena; la estoy absorbiendo, duplicando o reemplazando por una construcción mía. La alteridad no es un obstáculo externo a la empatía, sino su condición interna. Comprender al otro no significa abolir la distancia que nos separa, sino habitarla de manera inteligente y hospitalaria. La empatía auténtica no dice: "ya no hay diferencia entre tu experiencia y la mía". Dice: "tu experiencia comparece para mí precisamente como tuya, y yo intento aproximarme a ella sin borrarla".

Este punto es tan importante porque el deseo de fusión tiene una poderosa carga afectiva. La fusión promete intimidad absoluta,

eliminación de la soledad, superación del malentendido y consuelo frente a la separación entre las conciencias. En momentos de dolor, muchas personas anhelan ser comprendidas de un modo total, sin resto, sin distancia, sin necesidad de explicación. Del mismo modo, quien acompaña puede sentir que la forma suprema de cercanía consiste en perderse dentro de la experiencia del otro. Pero precisamente ahí comienza el error. La fusión puede producir intensidad, pero no claridad. Puede dar sensación de unión, pero no garantiza comprensión verdadera. A menudo, lo que hace es sustituir la singularidad del otro por una identificación imaginaria.

La fusión aparece cuando el sujeto deja de sostener la diferencia entre "lo que el otro vive" y "lo que yo vivo al aproximarme a lo que el otro vive". Esta diferencia, que puede parecer sutil, es absolutamente decisiva. Escuchar a alguien en duelo puede conmoverme, entristecerme, hacerme recordar pérdidas propias, despertar en mí miedo o compasión. Todo eso pertenece a mi experiencia frente a su experiencia. Pero no es todavía su duelo. Si olvido esta diferencia, corro el riesgo de actuar como si mi reacción fuera el contenido mismo de lo que el otro está viviendo. Y entonces dejo de escucharlo verdaderamente. Mi propio movimiento afectivo ocupa el centro.

Esto se ve con claridad en una escena muy común. Alguien comparte un sufrimiento, y quien lo escucha responde casi de inmediato: "sé perfectamente lo que sientes". A veces la frase nace de una intención cálida. Quiere aliviar la soledad del otro, mostrar cercanía, evitar que se sienta incomprendido. Pero conceptualmente es una frase peligrosa. No porque toda comprensión profunda sea imposible, sino porque el "perfectamente" suprime aquello mismo que debería proteger: la

singularidad irreductible de la experiencia ajena. Incluso si he vivido algo parecido, no he vivido exactamente eso, en ese cuerpo, con esa historia, con esa sensibilidad, en esa relación concreta y bajo ese horizonte de mundo. La experiencia ajena puede resultarme inteligible; no se vuelve por ello intercambiable con la mía.

La fusión, por tanto, no es una forma más intensa de empatía, sino una degradación de su estructura. Donde la empatía distingue, la fusión confunde. Donde la empatía se aproxima, la fusión invade. Donde la empatía reconoce una alteridad viva, la fusión tiende a transformar esa alteridad en reflejo del propio mundo interior. Por eso es tan importante entender que la distancia no es enemiga de la comprensión. Hay una distancia buena, necesaria, fecunda. No la distancia del desinterés o de la frialdad, sino la distancia que permite que el otro aparezca como otro y no como duplicación de mí.

Esta distancia buena puede formularse así: **yo no soy tú, y precisamente por eso intento comprenderte**. La frase parece sencilla, pero contiene una gran disciplina interior. Implica resistirse a la tentación de apropiación. Implica aceptar que el otro conserva una zona de opacidad legítima. Implica comprender que la verdadera cercanía no necesita abolir la diferencia para ser real. Y sobre todo implica renunciar a una soberanía interpretativa muy típica de las relaciones afectivas intensas: la ilusión de que cuanto más quiero o más me conmuevo, más derecho tengo a decir qué le pasa exactamente al otro.

La fusión adopta varias formas. La primera es la **fusión emocional**. Aquí quien acompaña queda tan afectado por la emoción ajena que pierde capacidad de sostener presencia, escucha y forma. No sólo comprende el dolor del otro; cae dentro de él de un modo que lo

vuelve incapaz de ayudar realmente. El sufrimiento compartido ya no se orienta a la comprensión, sino al desbordamiento. Esta situación es muy frecuente en vínculos íntimos donde la cercanía afectiva es grande pero los límites interiores son débiles. La persona cree que cuanto más se deja arrastrar, más ama o más comprende. Pero en realidad puede estar dejando solo al otro con una carga adicional: la de sostener también la conmoción de quien supuestamente lo acompaña.

La segunda es la **fusión proyectiva**. Aquí no se trata tanto de desbordamiento emocional como de colonización interpretativa. El sujeto cree comprender al otro porque encuentra analogías con su propia historia y las aplica de manera inmediata. “Eso te duele porque te pasa lo mismo que me pasó a mí”, “reaccionas así porque en el fondo sientes esto”, “lo que te ocurre es exactamente tal cosa”. La proyección puede ser muy sofisticada y estar cargada de aparente sensibilidad, pero sigue siendo una forma de violencia cognitiva si no deja espacio suficiente a la singularidad del otro. El otro es leído desde mí, no desde él. Y ese desplazamiento, aunque a veces produzca la ilusión de gran intimidad, rompe la estructura misma de la empatía.

La tercera es la **fusión moral**. Ésta aparece cuando comprender la vivencia ajena lleva a una suspensión casi total del juicio propio. El sujeto siente que disentir o introducir una distinción sería traicionar la cercanía alcanzada. Entonces, no sólo comprende; capitula. El “estar contigo” se convierte en “ya no puedo pensar desde ningún lugar que no sea el tuyo”. Pero eso tampoco es empatía madura. Es disolución del criterio. Y una comprensión que exige renunciar al propio juicio deja de ser una apertura al otro para convertirse en una forma de sometimiento afectivo.

Conviene advertir que la fusión no siempre es narcisista en sentido vulgar. No siempre nace del deseo consciente de ocupar el centro. A veces nace de fragilidad, de miedo a la separación, de incapacidad de tolerar el no-saber, de ansiedad frente al sufrimiento ajeno, de una forma torpe pero sincera de amor. Precisamente por eso es importante distinguirla con claridad. No basta con tener buena intención. La fusión puede surgir de una voluntad real de cercanía y, sin embargo, impedir la comprensión. Puede parecer un exceso de amor y ser, en el fondo, una dificultad para sostener la alteridad.

De hecho, podría decirse que la empatía verdadera exige una virtud rara: la de **soportar que el otro nunca será totalmente accesible**. La fusión es, en cierto modo, una impaciencia frente a ese límite. No tolera que haya distancia, resto, opacidad, diferencia. Quiere resolver demasiado rápido la herida metafísica de no poder vivir desde dentro la conciencia ajena. Pero esa herida no se resuelve anulando la diferencia, sino aceptándola como condición de toda relación verdadera. La empatía madura no supera la alteridad; la honra.

Esto tiene implicaciones importantes para la vida práctica. En la amistad, por ejemplo, quien se fusiona con el amigo termina muchas veces dejándolo sin espacio propio. Lo siente tan “desde dentro” que lo invade con interpretaciones, consejos prematuros o identificaciones demasiado rápidas. En la pareja, la fusión puede convertirse en una exigencia permanente de coincidencia emocional: si no sientes como yo, no me entiendes; si me entiendes, debes reaccionar igual. En la familia, la fusión puede hacer casi imposible que cada uno tenga un mundo interior diferenciado sin que eso se viva como traición. En todos estos casos, la supuesta empatía se vuelve asfixiante. No abre al otro; lo absorbe.

También en el cuidado y en la clínica esta diferencia es crucial. Acompañar de verdad no consiste en sufrir exactamente con el otro hasta perder la propia forma. Consiste en estar lo bastante cerca como para captar su mundo y lo bastante entero como para no hundirse en él. La presencia que ayuda no es la que duplica el caos, sino la que lo comprende sin reproducirlo de manera desorganizada. Hay una compasión lúcida que sólo es posible cuando la empatía no se degrada en contagio. La distancia bien sostenida no enfría el vínculo; lo hace habitable.

Quizá la mejor manera de expresar esta diferencia sea decir que la empatía exige **intimidad sin confusión**. Intimidad, porque sin cercanía real no hay acceso al mundo del otro. Sin confusión, porque si desaparecen los límites entre las dos interioridades, ya no hay reconocimiento de alteridad. Esta fórmula es especialmente valiosa porque corrige dos errores opuestos. Frente a la frialdad, recuerda que comprender al otro exige entrar de verdad en el peso de su experiencia. Frente a la fusión, recuerda que esa entrada no puede hacerse anulando la diferencia entre ambos. La empatía es una forma de proximidad disciplinada.

Hay, además, una consecuencia epistemológica muy importante. La fusión empobrece el conocimiento del otro porque sustituye la escucha por la certeza. Quien se fusiona cree comprender mucho más de lo que en realidad comprende, precisamente porque deja de percibir la distancia que todavía queda. La empatía humilde, en cambio, conoce mejor porque sabe que no conoce del todo. Pregunta más, escucha más, corrige más, se deja sorprender más. La fusión clausura. La empatía abre. La primera cree poseer; la segunda sabe aproximarse.

Desde el punto de vista moral, esta diferencia es igualmente decisiva. La fusión suele parecer más generosa, más entregada, más cálida. Pero en realidad puede ser menos respetuosa que una empatía sobria. Porque no deja al otro existir en su diferencia. Le impone una cercanía que invade. Lo lee demasiado pronto. Lo traduce a categorías propias. Lo confirma en todo para no perder la unidad afectiva. La empatía verdadera, por el contrario, respeta porque no pretende consumir. Se acerca, pero deja respirar. Comprende, pero no suplanta. Acompaña, pero no coloniza.

Esto permite formular una tesis central: **la empatía sólo es posible allí donde la distancia entre yo y tú no desaparece, sino que es habitada como espacio de comprensión**. No hay empatía cuando el otro se vuelve mera cosa para mí. Pero tampoco cuando deja de haber un tú distinto de mí. La relación empática vive exactamente de esa tensión: suficientemente cerca como para que el mundo del otro me importe y se me haga presente; suficientemente separados como para que siga siendo su mundo y no el mío.

Por eso, cuando alguien pide "empatía", conviene escuchar también qué está pidiendo en realidad. A veces pide comprensión legítima. Pero a veces pide fusión: que el otro suspenda su diferencia, que reaccione igual, que deje de pensar desde sí, que se vuelva afectivamente indistinguible. Esa petición no debe ser confundida con la empatía auténtica. Comprender al otro no obliga a repetirlo. Estar cerca no obliga a disolverse. La empatía fuerte es precisamente lo contrario de esa demanda de indistinción. Es cercanía con forma.

Podría condensarse este apartado en una formulación rigurosa:

La empatía no consiste en sentir lo mismo que el otro ni en anular la diferencia entre ambas interioridades, sino en comprender la

experiencia ajena como ajena, manteniendo una proximidad suficiente para que se vuelva inteligible y una distancia suficiente para que no quede absorbida en la propia.

Ésta es una de las definiciones más importantes del libro. Porque protege al concepto tanto de la frialdad como del sentimentalismo. Frente a la frialdad, afirma que comprender exige un verdadero acercamiento al mundo del otro. Frente al sentimentalismo, afirma que ese acercamiento no puede desembocar en fusión. La empatía madura se sostiene exactamente en ese equilibrio. Y sólo desde él puede conservar al mismo tiempo humanidad, lucidez y respeto por la alteridad.

El siguiente paso será mostrar que esta misma lógica vale también frente a otro error muy extendido: la idea de que comprender al otro equivaldría a coincidir con él. Igual que comprender no es fusionarse, tampoco es asentir. La empatía necesita ser distinguida ahora del acuerdo.

4.4. Comprender no es asentir

Si en el apartado anterior fue necesario distinguir la empatía de la fusión, ahora es indispensable distinguirla del asentimiento. Ambas confusiones suelen reforzarse mutuamente. Quien cree que comprender al otro exige fundirse con él tiende también a creer que comprenderlo exige darle la razón. Y, sin embargo, ambas ideas son falsas. **La empatía no se consuma en el acuerdo.** Comprender a alguien no significa coincidir con su interpretación, aprobar su juicio ni legitimar su conducta. Significa algo más sobrio y más exigente: captar cómo vive una situación, desde qué horizonte la interpreta y qué sentido tiene para él, sin por ello renunciar a la diferencia entre su perspectiva y mi evaluación.

Esta distinción es una de las más decisivas de toda teoría de la empatía. Sin ella, el concepto se vuelve moralmente confuso y prácticamente inútil. Porque si empatizar fuera, en el fondo, asentir, entonces sólo podríamos empatizar con quienes ya coinciden con nosotros o con quienes estamos dispuestos a ratificar. La empatía dejaría de ser una forma de acceso a la alteridad y se convertiría en una versión afectivamente suavizada del acuerdo. No serviría para comprender al otro en su diferencia, sino para consolidar afinidades. Pero una facultad así sería demasiado pobre para la vida humana real, donde la mayor necesidad de comprensión aparece muchas veces precisamente allí donde hay error, conflicto, herida mal interpretada o desacuerdo profundo.

Conviene entonces precisar qué significa **asentir**. Asentir es decir, de una u otra forma, "sí": sí, eso que interpretas es correcto; sí, tu lectura de la situación es válida; sí, tu juicio sobre lo ocurrido es verdadero; sí, tu conducta fue justificada. El asentimiento pertenece, por tanto, al plano de la validez y de la evaluación. Supone una toma de posición respecto de la corrección de una interpretación o de una respuesta. La empatía, en cambio, pertenece primariamente al plano de la inteligibilidad. No pregunta primero si el otro tiene razón, sino cómo se le da lo que vive, qué lógica interna tiene su experiencia, por qué el mundo se le ha configurado de ese modo y desde qué vulnerabilidad, memoria o expectativa interpreta lo que interpreta.

La diferencia podría expresarse así: **el asentimiento juzga la validez de una perspectiva; la empatía intenta comprender su génesis y su sentido vivido**. Ambas cosas pueden coincidir. Puedo comprender a alguien y, después de comprenderlo, concluir que efectivamente tiene razón. Pero también puedo comprenderlo muy

bien y concluir que se equivoca. De hecho, muchas veces sólo quien comprende de verdad puede disentir con justicia. La comprensión adecuada no elimina la crítica; la vuelve más fina.

Esta posibilidad es esencial. Pensemos en una persona que se siente traicionada. La empatía me permite captar la fractura de confianza, la herida narcisista, la pérdida de seguridad, el modo en que el vínculo se ha vuelto incierto o inhabitable para ella. Pero de ahí no se sigue automáticamente que haya sido objetivamente traicionada en el sentido que ella cree. Tal vez hubo un malentendido, una torpeza, una distancia no explicada, una decisión dura pero no desleal. La experiencia de traición puede ser real como vivencia sin que el hecho corresponda exactamente a la interpretación que la acompaña. Si yo confundiera comprensión con asentimiento, perdería la capacidad de sostener esta distinción.

Lo mismo vale para la conducta. Una persona puede haber reaccionado con agresividad a causa de una humillación que vivió intensamente. Comprender empáticamente su experiencia significa captar el desborde, la herida de dignidad, el sentimiento de exposición o desprecio. Pero esa comprensión no me obliga a decir que estuvo bien agredir. Puedo afirmar al mismo tiempo: “entiendo por qué te sentiste así” y “no por eso considero justa tu reacción”. Esta doble afirmación no empobrece la empatía; la salva. La hace madura. Le impide volverse indulgencia automática o sumisión afectiva.

La razón profunda de esta distinción es que la experiencia humana tiene varios niveles, y la empatía se mueve sólo en uno de ellos, aunque de manera decisiva. Está el nivel de la vivencia: lo que alguien realmente siente o padece. Está el nivel de la interpretación: la lectura que hace de los hechos y de sí mismo. Está el nivel de la

respuesta práctica: lo que decide, hace o reclama a partir de esa interpretación. La empatía se dirige primariamente al primer nivel y, en parte, al segundo en cuanto intenta comprender cómo se articula una perspectiva. Pero no se identifica con la evaluación del tercero ni con la ratificación final del segundo. Cuando esta arquitectura se borra, la comprensión queda absorbida por la validación.

Aquí conviene introducir una observación importante. La tentación de confundir comprensión con asentimiento suele intensificarse cuando el otro sufre mucho. Cuanto más visible o intenso es el dolor, más presión afectiva sentimos para no contrariar la lectura que lo acompaña. El sufrimiento parece exigir no sólo escucha, sino confirmación. Una objeción, por pequeña que sea, corre el riesgo de ser vivida como una negación del dolor mismo. Pero precisamente en estos casos la distinción debe sostenerse con más claridad. No para enfriar la relación, sino para hacerle justicia. Porque la verdad de una vivencia no decide por sí sola la verdad de su interpretación. Y una relación humana que no puede sostener esa diferencia queda a merced del estado afectivo más intenso.

La cultura contemporánea, como ya se vio, favorece esta confusión. Ha aprendido con razón a sospechar de los juicios duros, pero muchas veces no sabe ya cómo introducir una distinción sin que parezca una forma de desmentida o agresión. De ahí que el asentimiento adquiera una apariencia de humanidad superior. Decir “sí, claro, tienes razón” parece más compasivo que decir “entiendo por qué lo ves así, pero no estoy seguro de que sea exactamente así”. Sin embargo, esta segunda respuesta puede ser más respetuosa. Porque no abandona la experiencia del otro, pero tampoco lo deja solo dentro de una posible distorsión. Acompaña sin mentir.

Se toca aquí una verdad muy importante: **asentir demasiado rápido puede ser una forma de no comprender del todo**. A veces damos la razón al otro no porque hayamos captado realmente la complejidad de su situación, sino porque no toleramos la incomodidad de permanecer en un espacio intermedio donde todavía se está comprendiendo, pero aún no se sabe qué pensar del todo. El asentimiento prematuro ahorra conflicto, sí, pero también ahorra trabajo interior. Cierra demasiado pronto la pregunta. Reemplaza la dificultad de pensar por la tranquilidad de confirmar. En este sentido, asentir no siempre es más humano; a veces es sólo más fácil.

La empatía genuina exige precisamente esa paciencia difícil. No corre inmediatamente hacia el acuerdo. Se queda un tiempo en la estructura de la experiencia ajena, en sus matices, en su lógica interna, en su forma de mundo, antes de convertir esa comprensión en una evaluación. Y cuando evalúa, no olvida lo comprendido. Éste es el punto central. La empatía no elimina el juicio, pero obliga a que el juicio no se ejerza como si la experiencia del otro fuera irrelevante. Podría decirse que la empatía no sustituye el asentimiento ni el disentimiento; los prepara y los humaniza.

Hay también un error filosófico detrás de la identificación entre comprensión y asentimiento: la idea de que sólo podemos entender de verdad aquello con lo que coincidimos. Pero esta idea confunde comprensión con afinidad. En realidad, una de las grandes capacidades del espíritu humano consiste en poder acercarse a perspectivas que no comparte, incluso a perspectivas que considera equivocadas, limitadas o moralmente problemáticas. Comprender no implica aprobar. Un historiador puede comprender una mentalidad que no comparte. Un juez puede comprender las

circunstancias de un acusado sin absolverlo. Un amigo puede comprender la lógica interior de una reacción y, aun así, decir que fue injusta. Un maestro puede comprender la resistencia de un alumno y seguir exigiéndole. En todos estos casos, la empatía opera sin asentimiento.

De hecho, si la empatía dependiera del acuerdo, sería casi inútil allí donde más la necesitamos. Porque con quienes ya coinciden con nosotros la comprensión suele ser más fácil de entrada. Donde la empatía muestra su verdadera grandeza es en la capacidad de entrar, al menos parcialmente, en el mundo de quien no piensa como nosotros, de quien se equivoca, de quien exagera, de quien reacciona mal o de quien incluso nos hiere. Esto no significa justificarlo. Significa no reducirlo al error que vemos desde fuera. La empatía no disuelve la diferencia; permite atravesarla sin deshumanizar.

Hay un modo especialmente fuerte de formular esta idea: **el disenso puede ser empático**. Esta afirmación parece extraña sólo porque nos hemos acostumbrado a imaginar la empatía como antesala del acuerdo. Pero el disenso empático es una de las formas más altas de la madurez humana. Significa poder decir: “entiendo por qué ves así las cosas, entiendo qué historia, qué miedo, qué dolor o qué esperanza configuran tu mirada, y sin embargo sigo pensando que tu interpretación es equivocada o insuficiente”. En una cultura que sospecha tanto del juicio, esta frase parece casi imposible. Y, sin embargo, expresa una posibilidad profundamente humana: la de criticar sin cosificar.

Ese “sin cosificar” es decisivo. Porque lo contrario de la empatía no es el desacuerdo, sino la reducción del otro a objeto, caricatura o simple error. Puedo disentir profundamente de alguien y seguir

viéndolo como sujeto de experiencia. Puedo cuestionar su relato y seguir reconociendo el peso real de su dolor. Puedo negar la validez de su conclusión y seguir tratando su perspectiva como digna de ser comprendida. La empatía no me obliga a renunciar a mis razones; me obliga a no olvidar que el otro no es sólo un paquete de razones equivocadas o acertadas, sino alguien para quien esas razones tienen un sentido vivido.

Desde aquí puede entenderse mejor por qué la empatía y la verdad no son enemigas. Lo que sí son enemigas, a veces, es la verdad brutal y la verdad sentimentalmente rendida. Pero la empatía madura no pertenece a ninguna de esas dos formas. Ella no dice: “tu experiencia no importa, lo único que cuentan son los hechos objetivos”. Tampoco dice: “como tu experiencia es intensa, todo lo que afirmas desde ella debe ser aceptado”. Dice algo más difícil: “tu experiencia importa profundamente, precisamente por eso quiero comprenderla bien y distinguir en ella lo que pertenece al dolor, lo que pertenece a la interpretación y lo que pertenece a la respuesta”. La empatía así entendida no debilita la verdad; la complejiza y la vuelve más humana.

Es importante advertir también que el no-asentimiento no equivale automáticamente a desconfianza. Puedo no asentir y, sin embargo, tomar muy en serio lo que el otro dice. De hecho, una verdadera escucha no servil hace justamente eso: toma tan en serio al otro que no se contenta con la aprobación fácil. Busca entender mejor, pregunta más, distingue, contrasta, vuelve sobre los hechos, examina el contexto. La pseudoempatía, en cambio, a veces se contenta con asentir porque en el fondo no quiere entrar en la complejidad de la situación. El asentimiento rápido puede ser menos exigente que la comprensión paciente.

También debe decirse que hay momentos en los que el asentimiento parcial es legítimo y necesario. No todo disenso es más maduro. A veces el otro realmente tiene razón, o tiene razón en algo importante. La empatía puede ayudar precisamente a verlo. Pero incluso en esos casos conviene mantener la diferencia conceptual. No comprendí porque asentí; asentí porque comprendí suficientemente y encontré razones para hacerlo. La dirección importa. Si se invierte, la empatía queda reducida a simple función del acuerdo.

Podría formularse aquí una regla de gran utilidad práctica y teórica: **primero comprender, luego evaluar; pero comprender no obliga a evaluar favorablemente**. Esta regla evita dos errores opuestos. Por un lado, el juicio precipitado que no se deja modificar por la experiencia del otro. Por otro, la comprensión capitulante que confunde escuchar con conceder. La empatía ocupa ese primer momento de apertura sin el cual toda evaluación tiende a ser más pobre, más ciega o más cruel. Pero ese primer momento no debe absolutizarse hasta impedir el segundo.

En la vida concreta, esta distinción cambia mucho las cosas. Permite, por ejemplo, que en una discusión de pareja uno pueda decir: “entiendo que mi silencio te haya hecho sentir solo, aunque mi intención no fuera abandonarte”. Permite que un maestro diga: “comprendo tu frustración, pero eso no elimina tu responsabilidad en el trabajo que no hiciste”. Permite que un amigo diga: “veo por qué reaccionaste así, pero creo que estás siendo injusto”. Permite que un padre diga: “entiendo tu enojo, pero no por eso voy a aprobar que le hables así a tu hermano”. En todas estas frases hay empatía sin asentimiento pleno. Y justamente por eso hay una relación más verdadera con el otro.

Todo esto conduce a una formulación decisiva para el libro:

Comprender no es asentir porque la empatía se dirige a la inteligibilidad de la experiencia ajena, mientras que el asentimiento pertenece al juicio sobre la validez de una interpretación o de una acción.

La importancia de esta frase difícilmente puede exagerarse. Ella libera a la empatía de su degradación sentimental y la devuelve a su lugar propio. Le impide convertirse en simple validación. Le permite coexistir con la verdad, con la corrección, con el límite y con la responsabilidad. Y, al mismo tiempo, obliga a que todas esas cosas se ejerzan sin olvidar la interioridad del otro.

Podría decirse todavía de una manera más condensada: la empatía no me pide que renuncie a pensar; me pide que piense después de haber dejado comparecer la experiencia ajena. Esa diferencia lo cambia todo. Porque ya no se trata de elegir entre comprender y juzgar, sino de ordenar ambas cosas correctamente. La empatía no es lo contrario del juicio. Es una de sus condiciones humanas. Pero sólo si no se confunde con el asentimiento.

Con esto la definición fuerte del concepto gana una precisión decisiva. La empatía no es fusión. Tampoco es acuerdo. Resta ahora un paso más dentro de este capítulo: recoger todo lo expuesto y formular una primera definición rigurosa que sirva de base para el resto del libro.

4.5. Primera definición rigurosa

Después de haber despejado las principales confusiones y de haber distinguido la empatía de la amabilidad, del asentimiento, de la mera sensibilidad emocional y de la fusión, ya es posible formular una primera definición rigurosa del concepto. Esta definición no pretende agotar todo lo que la empatía puede implicar en la vida

humana, pero sí fijar su núcleo con suficiente precisión como para impedir que el término siga deslizándose entre significados vagos, prestigios morales y simplificaciones afectivas.

La definición propuesta es la siguiente:

La empatía es la capacidad de comprender, con sensibilidad y lucidez, cómo se le da una situación a otro ser humano desde su propia perspectiva, reconociéndolo como sujeto de experiencia, sin confundir esa comprensión ni con identidad afectiva, ni con acuerdo, ni con justificación, y sin abolir la diferencia entre su vivencia y mi juicio.

Ésta es una definición deliberadamente densa. Cada una de sus partes cumple una función teórica precisa y debe ser explicada.

Ante todo, la empatía es una **capacidad de comprender**. No es simple reacción, no es mera disposición afectiva, no es un reflejo emocional automático. Comprender significa aquí captar una estructura de sentido, no sólo registrar una señal. Cuando empatizo, no me limito a notar que el otro llora, calla o se altera; intento comprender qué significa eso para él, cómo está configurando su mundo, qué lógica interior tiene su vivencia y desde qué horizonte se organiza. Por eso la empatía no puede ser reducida ni a una emoción espontánea ni a una cortesía del trato. Su centro es comprensivo.

Pero esa comprensión no es fría ni puramente exterior. Por eso la definición añade: **con sensibilidad y lucidez**. Sensibilidad, porque sin una verdadera apertura al peso de la experiencia ajena el otro quedaría demasiado lejos como para volverse inteligible en su mundo vivido. Lucidez, porque esa apertura no debe derivar ni en fusión, ni en contagio, ni en sumisión afectiva. La sensibilidad evita que la comprensión sea abstracta. La lucidez evita que la

sensibilidad se vuelva confusión. La empatía madura no es ni pura cabeza ni puro temblor. Es una forma de inteligencia sensible o de sensibilidad inteligida.

La definición afirma, además, que la empatía se dirige al modo en que **una situación se le da a otro ser humano desde su propia perspectiva**. Esto es esencial. La empatía no se ocupa primero de ideas generales sobre el otro, ni de una teoría de su carácter, ni de una clasificación psicológica de sus emociones. Su objeto inmediato es la situación tal como es vivida por alguien. No "el otro" en abstracto, sino el otro en cuanto atravesado por un acontecimiento, una pérdida, una esperanza, una amenaza, una herida, una expectativa o un conflicto. Comprender empáticamente significa intentar captar cómo ese acontecimiento comparece para él, qué mundo abre o cierra, qué le pesa, qué le falta, qué lo hiere, qué lo orienta.

Esta referencia a la perspectiva es decisiva porque protege al concepto contra dos errores simétricos. Por un lado, evita reducir la empatía a un objetivismo superficial que sólo registraría hechos externos. Por otro, evita convertirla en una libre proyección subjetiva del que empatiza. La perspectiva del otro no es ni una realidad completamente opaca ni una invención mía. Es la forma situada en que el mundo se le aparece. La empatía intenta aproximarse a esa aparición sin reemplazarla por mis propios esquemas ni ignorarla en nombre de una objetividad vacía de interioridad.

La definición añade luego que la empatía implica **reconocer al otro como sujeto de experiencia**. Esta cláusula introduce el núcleo antropológico del concepto. Empatizar es, en un sentido fuerte, dejar de tratar al otro como mero objeto exterior. No veo sólo un cuerpo que se mueve, un rostro que cambia, una voz que tiembla,

una conducta que se despliega. Veo a alguien para quien algo está ocurriendo desde dentro. La empatía rescata al otro de la cosificación espontánea del yo. Me obliga a aceptar que la realidad no está centrada exclusivamente en mi punto de vista y que delante de mí hay una interioridad que, aunque no sea la mía, tiene peso, densidad y derecho a comparecer.

Sin embargo, esta comparecencia del otro como sujeto no implica transparencia total. Por eso la definición continúa diciendo que la empatía no debe confundirse con **identidad afectiva**. Este punto ya ha sido trabajado, pero conviene integrarlo ahora en la definición misma. Comprender al otro no es sentir exactamente lo mismo que él, no es volverse emocionalmente indistinguible de él, no es perder la diferencia entre su experiencia y la mía. La identidad afectiva anula la alteridad y, al hacerlo, destruye la estructura misma de la empatía. Sólo puedo comprender al otro como otro si su vivencia se me hace presente como ajena, no como repetición perfecta de la mía.

La definición excluye también el **acuerdo**. Esta exclusión es indispensable. Si la empatía incluyera necesariamente asentimiento, ya no sería una forma de comprensión, sino una modalidad de aprobación. Y eso la haría inútil precisamente allí donde más se necesita: en el desacuerdo, en el conflicto, en la culpa, en la herida mal interpretada, en la reacción excesiva, en la convivencia con perspectivas que no compartimos. La empatía puede conducir al acuerdo cuando éste está justificado, pero no consiste en él. Comprender a alguien no me obliga a confirmar su lectura de los hechos. Me obliga a no tratar esa lectura como si surgiera de la nada o como si no tuviera un mundo vivido detrás.

Tampoco debe confundirse con la **justificación**. Comprender por qué alguien hizo algo no equivale a concluir que estuvo bien hacerlo. La empatía puede iluminar las condiciones interiores de una conducta —miedo, presión, humillación, desborde, desesperación—, pero no por eso decide su valor moral. Esta distinción es decisiva porque impide que la comprensión se convierta en mecanismo automático de exculpación. Sin ella, cuanto más profundamente comprendemos a alguien, menos capaces seríamos de responsabilizarlo. Y esa conclusión destruiría la vida moral. La empatía no reemplaza la responsabilidad; la vuelve menos torpe cuando la pensamos.

Finalmente, la definición subraya que la empatía no debe **abolir la diferencia entre su vivencia y mi juicio**. Ésta es quizá la cláusula más difícil y más valiosa de todas. Significa que la empatía no exige la suspensión definitiva del criterio propio. Exige otra cosa: que el juicio nazca después de una verdadera apertura a la experiencia ajena y no contra ella, como si esa experiencia fuera irrelevante. La empatía no destruye el juicio; lo humaniza. Pero sólo puede hacerlo si no lo sustituye. Donde desaparece la diferencia entre la vivencia del otro y mi evaluación de ella, ya no hay empatía rigurosa, sino capitulación afectiva o sentimentalismo moral.

Podemos ahora reformular la definición de un modo más breve, sin perder precisión:

Empatizar es comprender cómo vive otro una situación desde su propio mundo vivido, reconociendo la realidad de su experiencia sin por ello fundirse con ella, someterse a su interpretación ni renunciar al propio discernimiento.

Esta segunda formulación tiene la ventaja de ser más recordable, pero conserva los puntos esenciales. Comprensión, mundo vivido,

reconocimiento de la experiencia, ausencia de fusión, ausencia de sometimiento interpretativo y conservación del discernimiento. Si uno de esos elementos desaparece, el concepto empieza a desviarse.

Puede ser útil mostrar ahora qué excluye exactamente esta definición.

Excluye una idea sentimental de la empatía, según la cual bastaría con conmoverse mucho frente al dolor ajeno.
Excluye una idea servil, según la cual comprender obligaría a ceder.
Excluye una idea terapéuticamente banal, según la cual empatizar sería sólo validar sin distinguir.
Excluye una idea moral inflacionada, según la cual la empatía equivaldría por sí sola a la bondad completa.
Y excluye también una idea fría, según la cual entender al otro sería un simple cálculo de estados mentales sin verdadera apertura a su mundo vivido.

La definición fuerte busca escapar de todos esos errores a la vez.

Ahora bien, esta formulación inicial no debe hacernos olvidar algo importante: la empatía no es una operación instantánea, simple ni uniforme. Puede darse en distintos grados. Puede ser más o menos precisa, más o menos afectiva, más o menos lúcida, más o menos contaminada por proyecciones. Puede comenzar como una intuición inicial y profundizarse o corregirse mediante la escucha. Puede fallar. Puede ser parcial. Puede desviarse hacia el contagio, la apropiación o la sumisión. Todo esto significa que la definición rigurosa no describe una perfección siempre realizada, sino la estructura normativa del fenómeno: aquello que hace que la empatía sea realmente empatía cuando se ejerce bien.

Esto es importante porque en la vida concreta raramente empatizamos de manera pura. Nuestra comprensión del otro está atravesada por límites, por prejuicios, por historia personal, por cansancio, por cercanía o lejanía afectiva, por miedo, por deseo de agradar, por necesidad de confirmación, por identificación espontánea. La definición no niega esas impurezas. Lo que hace es ofrecer un criterio para discernirlas. Gracias a ella podemos saber cuándo nos estamos acercando realmente a la experiencia ajena y cuándo, en cambio, estamos reemplazándola por nuestros reflejos emocionales o por nuestra necesidad de no confrontar.

La fuerza de una definición filosófica no está en simplificar lo real, sino en permitir ver mejor su complejidad. Y ésta es precisamente la función de la definición propuesta. No pretende reducir la riqueza de la empatía a una fórmula. Pretende evitar que esa riqueza se convierta en confusión. Si el concepto queda librado al uso espontáneo, acabará significando a la vez calor humano, compasión, validación, acuerdo, sensibilidad, nobleza moral y buena educación. La definición rigurosa no empobrece el fenómeno; lo rescata de esa inflación.

También permite comprender mejor por qué la empatía tiene un valor humano tan alto sin convertirse en absoluto. Tiene valor porque descentra al yo, porque abre un acceso real a la alteridad, porque impide la cosificación y porque vuelve más humanas nuestras relaciones con el sufrimiento, el conflicto y la fragilidad ajena. Pero no es absoluta porque ese acceso es limitado, porque puede errar, porque no contiene por sí sola ni la verdad, ni la justicia, ni el amor, ni la responsabilidad. La definición fuerte, al conservar sus límites internos, preserva al concepto de la idolatría.

Si hubiera que condensar aún más todo lo ganado hasta aquí en una sola frase de alta precisión, podría decirse:

La empatía es hospitalidad lúcida hacia la experiencia ajena.

Hospitalidad, porque recibe al otro como portador de un mundo interior real.
Lúcida, porque no se funde con ese mundo ni abdica del discernimiento.

Pero esta fórmula, por bella que sea, sigue siendo insuficiente si no se articula con una comprensión más detallada de la estructura de la empatía misma. Ya sabemos, en un primer nivel, qué es y qué no es. El siguiente paso consiste en analizar **cómo está hecha**: qué movimientos la componen, qué operaciones exige, cómo se descentra el yo, cómo se abre a la perspectiva ajena, cómo conserva la diferencia entre ambos y cómo retorna luego al juicio propio sin traicionar la comprensión alcanzada.

En otras palabras: definida ya en su núcleo, la empatía debe ser ahora analizada en su estructura formal. Allí se verá con mayor precisión por qué es una facultad tan valiosa y tan frágil a la vez.

CAPÍTULO 5.

LA ESTRUCTURA FORMAL DE LA EMPATÍA

5.1. Descentramiento del yo

Toda empatía auténtica comienza con un movimiento difícil y poco espontáneo: el **descentramiento del yo**. Sin este movimiento, no hay verdadera comprensión del otro, sino apenas variaciones de una misma clausura: observación externa, proyección sentimental, juicio apresurado o apropiación encubierta. El yo, en su funcionamiento ordinario, tiende a ocupar el centro del mundo

vivido. No porque sea moralmente perverso en sí mismo, sino porque toda conciencia comienza desde sí. Lo inmediato es mi hambre, mi miedo, mi herida, mi interpretación, mi urgencia, mi relato. La propia perspectiva no aparece primero como una perspectiva entre otras, sino como el suelo mismo desde el cual todo se presenta. Precisamente por eso la empatía exige una operación interior tan importante: interrumpir, aunque sea parcialmente, esa centralidad espontánea.

Conviene entender bien qué significa aquí "yo". No se trata sólo de una entidad psicológica narcisista en sentido vulgar. Se trata del hecho elemental de que cada ser humano vive desde un centro de experiencia irrepetible. Toda percepción, todo afecto, toda interpretación y toda valoración se organizan inicialmente desde ese centro. El yo no es primero una doctrina sobre sí mismo, sino el lugar vivido desde el cual el mundo se abre. Por eso el descentramiento no equivale a una humillación del yo ni a una negación de la subjetividad. No consiste en dejar de existir como sujeto, sino en dejar de tratar la propia perspectiva como medida suficiente de toda realidad humana.

Este punto es decisivo. A veces se habla del descentramiento como si implicara una especie de autoanulación moralmente superior. Pero eso sería un error. Una empatía que exigiera destruir el yo produciría sujetos sin forma, sin criterio y sin capacidad de sostener la diferencia. El yo no debe desaparecer. Debe aprender a no absolutizarse. Descentrarse no es abolirse, sino relativizar la pretensión silenciosa de que lo que para mí es evidente, soportable, insignificante, amenazante o justo lo es del mismo modo para el otro. El descentramiento no quita consistencia al sujeto; le quita soberbia epistemológica y afectiva.

Hay que subrayar que este movimiento no es natural en sentido fuerte. Lo espontáneo no es preguntar cómo se da el mundo al otro, sino reaccionar desde la propia impresión del mundo. Si alguien me cuenta una herida, lo más inmediato suele ser una de estas respuestas: traducirla a mi experiencia, juzgarla desde mis criterios, minimizarla según mis escalas, exagerarla según mis temores o apropiármela como ocasión para hablar de mí. Todas estas reacciones tienen algo en común: el otro aún no ha comparecido plenamente como otro. Sigue siendo, en gran medida, materia para mi propio movimiento interior. El descentramiento comienza justamente cuando el yo suspende, aunque sea provisionalmente, ese privilegio.

Suspender no significa aquí anular todo juicio de inmediato, sino detener la precipitación con que solemos convertir nuestra perspectiva en norma tácita. El yo descentrado dice, en el fondo: "el hecho de que yo no viviría esto así no prueba que para ti no sea así; el hecho de que a mí esto me parezca menor no demuestra que en tu mundo tenga el mismo peso; el hecho de que yo interprete de otro modo no me autoriza todavía a tratar tu perspectiva como simple error sin haberla comprendido". Éste es el umbral de la empatía. Antes de comprender activamente, hay que dejar de clausurar.

Descentrarse implica, por tanto, una disciplina contra varias formas de inmediatez egocentrada.

La primera es la **inmediatez interpretativa**. Consiste en tomar la propia lectura de una situación como si fuera la lectura evidente. Alguien dice "me sentí humillado", y la reacción inmediata puede ser: "eso no fue humillación". Tal vez no lo fue. Pero antes de determinarlo, la empatía exige algo anterior: comprender qué se configuró para el otro como humillación, qué zona de su dignidad

sintió expuesta, qué relación de fuerzas, qué mirada, qué memoria o qué vulnerabilidad hicieron que esa escena se viviera así. El descentramiento no obliga a ratificar la interpretación; obliga a no ocupar demasiado pronto el lugar de la interpretación única.

La segunda es la **inmediatez afectiva**. Aquí el yo responde desde el impacto que la experiencia ajena produce en él, sin distinguir suficientemente entre ambas experiencias. En lugar de dejar aparecer el dolor del otro, reacciona de manera tan rápida que lo reemplaza por su propia conmoción, por su incomodidad o por su necesidad de resolver el malestar cuanto antes. Descentrarse significa entonces soportar que el foco no esté puesto, por un momento, en lo que a mí me pasa al escuchar, sino en lo que al otro le pasa al vivir.

La tercera es la **inmediatez moral**. Ocurre cuando el sujeto traduce enseguida la experiencia ajena a categorías de aprobación o condena sin haber pasado todavía por la comprensión. Por ejemplo: “reaccionaste mal”, “eso es victimismo”, “estás exagerando”, “tienes toda la razón”, “eres injusto”, “hiciste bien”. Algunas de estas evaluaciones pueden resultar finalmente correctas. Pero la empatía exige retrasar su enunciación interior o exterior hasta que el otro haya sido comprendido como sujeto de experiencia y no sólo clasificado según mis criterios disponibles. Descentrarse no elimina la moralidad; la vuelve menos instantánea y menos tosca.

La cuarta es la **inmediatez autobiográfica**. Ésta aparece cuando el yo convierte la experiencia ajena en un espejo de la propia historia: “yo también pasé por eso”, “eso me recuerda exactamente a lo mío”, “ya sé lo que significa”. La experiencia propia puede servir a veces como puente de acceso, pero también puede convertirse en obstáculo si coloniza demasiado rápido la singularidad del otro. El

descentramiento exige una vigilancia especial contra esta forma de narcisismo sutil. No toda identificación autobiográfica es comprensión. A menudo es un modo elegante de no salir realmente de uno mismo.

Por eso el descentramiento del yo no es un gesto puntual, sino una labor. Es una práctica interior de desplazamiento, de suspensión, de escucha y de contención de la propia espontaneidad interpretativa. La empatía comienza menos por una emoción positiva que por una renuncia: la renuncia provisional a hacer de la propia perspectiva la medida inmediata de la ajena. Esta renuncia es costosa porque hiere una tendencia muy profunda de la conciencia humana: la de absolutizarse sin advertirlo.

Hay en esto una dimensión filosófica mayor. El yo no sólo se vive como centro; tiende además a naturalizar su centralidad. Lo que siente, piensa o percibe aparece como simplemente "lo que hay". Se requiere un trabajo de conciencia para descubrir que la propia perspectiva es precisamente eso: una perspectiva, no la transparencia inmediata del mundo. El descentramiento empático prolonga esta toma de conciencia en el terreno de la relación humana. Me obliga a admitir que el modo en que el mundo se me da no agota el modo en que el mundo puede darse. Y esa admisión abre la puerta a la alteridad.

Pero no toda salida de sí es ya descentramiento genuino. Hay formas aparentes de descentramiento que siguen secretamente dominadas por el yo. Una de ellas es el **paternalismo afectivo**. El sujeto parece atender al otro, pero en realidad ya ha decidido qué significa su experiencia y qué debe hacerse con ella. No escucha para comprender, sino para confirmar un mapa interior previamente trazado. Otra es la **curiosidad psicológica**: un interés intenso por el

mundo interior ajeno que, sin embargo, lo trata como objeto fascinante de exploración y no como alteridad digna de respeto. Una tercera es la **autocomplacencia empática**: el yo se descentra sólo en apariencia, porque lo que realmente busca es verse a sí mismo como alguien profundamente sensible. En todos estos casos, el movimiento hacia el otro está todavía infiltrado por una centralidad no trabajada.

El verdadero descentramiento exige algo más austero: aceptar que el otro no es una prolongación, una confirmación ni una ocasión decorativa para mi sensibilidad. Tiene su propio peso, su propia opacidad, su propia lógica de experiencia. La relación empática comienza cuando esta alteridad se vuelve suficientemente real como para obligarme a modificar mi modo de atender. No miro simplemente desde mí; me dejo reorientar por la existencia de otro centro. Esta reorientación es uno de los actos más altos de madurez humana.

No debe pensarse, sin embargo, que este descentramiento supone neutralidad total. El yo nunca desaparece del todo del proceso empático. Comprendemos siempre desde algún lugar, con una historia, una sensibilidad y unos límites propios. No existe un acceso "desde ninguna parte" a la vivencia ajena. Lo decisivo no es borrar el punto de partida, sino impedir que se convierta en tiranía silenciosa. El sujeto empático no deja de estar situado; aprende a situarse de un modo menos dominador. Se sabe uno entre otros, no el centro exclusivo de la verdad vivida.

Esta conciencia de la propia situación es fundamental porque protege contra una ilusión muy peligrosa: la del yo que cree haberse vuelto completamente transparente y disponible para el otro. No existe un descentramiento perfecto. Siempre hay restos de

proyección, límites de comprensión, zonas donde el otro resiste nuestras categorías. Precisamente por eso el descentramiento debe ir unido a la humildad. Cuanto más seriamente se intenta comprender al otro, más se descubre que no basta con la buena voluntad. Hace falta paciencia, tacto, corrección continua de la propia lectura y aceptación de que el otro no se deja traducir del todo.

Puede decirse, entonces, que el descentramiento tiene dos movimientos complementarios. El primero es negativo: suspender la centralidad espontánea del yo. El segundo es positivo: abrir espacio efectivo para que la perspectiva ajena comparezca. No basta con callar la propia voz; hay que hacer lugar a la voz del otro. No basta con no imponer de inmediato una interpretación; hay que afinar la atención para que otro modo de habitar el mundo se vuelva inteligible. La empatía no es vacío, sino disponibilidad orientada.

Esta disponibilidad exige una cierta ascética del juicio rápido. El yo quiere comprender deprisa para volver pronto a su propia seguridad. Desea clasificar, resolver, ratificar o refutar. El descentramiento le pide otra cosa: permanecer un poco más en la intemperie de la alteridad. Soportar que el otro todavía no encaje. Aceptar que comprender puede tomar tiempo. Resistir la urgencia de traducirlo enseguida a nuestras categorías familiares. Esta paciencia es parte esencial de la estructura empática. Sin ella, la alteridad es devorada antes de llegar a comparecer.

En la vida concreta, esta diferencia es decisiva. Un padre descentrado no interpreta automáticamente la reacción del hijo desde su propio umbral de tolerancia, sino que intenta comprender qué mundo se le ha abierto o cerrado al niño en esa situación. Un maestro descentrado no reduce la resistencia del alumno a simple

pereza sin explorar qué humillación, miedo o desconexión puede haber detrás. Un amigo descentrado no convierte la herida del otro en ocasión para lucir comprensión ni en mero caso de su teoría habitual sobre las relaciones. Una pareja descentrada no supone que amar sea reaccionar siempre del mismo modo, sino reconocer que el mismo hecho puede tener sentidos muy distintos para cada uno.

Sin este descentramiento, incluso la buena intención se vuelve ciega. Puedo querer ayudar y, sin embargo, estar ayudando mal porque sigo respondiendo sobre todo a mi necesidad de aliviar, de cerrar el conflicto o de sostener una imagen de mí mismo como persona sensible. El descentramiento revela entonces una verdad incómoda: muchas veces no fallamos en la empatía por maldad, sino por centralidad no examinada. No odiamos al otro; simplemente seguimos demasiado instalados en nosotros mismos como para dejarlo aparecer en su diferencia.

Desde un punto de vista moral, esto muestra que la empatía es inseparable de cierta humildad ontológica. El yo debe aceptar que no es el único lugar desde el cual el mundo tiene espesor. Debe admitir que su escala no es universal, que su umbral no es normativo para todos, que su forma de sufrir, temer, esperar o interpretar no agota las formas humanas posibles. Esta humildad no lo degrada; lo ensancha. Le permite entrar en una relación menos bárbara con la pluralidad real de las conciencias.

Y desde un punto de vista epistemológico, el descentramiento cumple una función igualmente crucial: suspende la falsa evidencia del propio mundo. Gracias a él se vuelve pensable que el otro no esté simplemente “equivocado” por no coincidir conmigo, sino que habite una configuración de sentido distinta que primero debe ser

entendida y luego, si corresponde, evaluada. La empatía nace exactamente en ese intervalo entre la suspensión del privilegio del yo y la apertura efectiva al mundo del otro.

Si hubiera que condensar todo este apartado en una sola fórmula, podría decirse así:

El descentramiento del yo es la renuncia provisional a tomar la propia perspectiva como medida inmediata de la ajena, para abrir un espacio en el que el otro pueda comparecer como centro de experiencia irreductible.

Ésa es la primera operación formal de la empatía. Sin ella, todo lo demás se pervierte. La apertura a la perspectiva del otro se vuelve imposible, porque el otro sigue atrapado dentro de mis categorías. La escucha se vuelve decorativa, porque no altera nada en mí. La comprensión se vuelve proyección. Y la cercanía se vuelve invasión. Sólo un yo que acepta descentrarse puede empezar realmente a empatizar.

5.2. Apertura a la perspectiva del otro

El descentramiento del yo, por sí solo, no basta. Puede suspender la centralidad espontánea de la propia perspectiva, pero si no se transforma en una verdadera apertura a la perspectiva del otro, queda en una especie de vacío moral o cognitivo. No imponer de inmediato mi lectura no significa todavía comprender la ajena. La empatía exige un segundo movimiento, positivo y activo: **dejar que el otro comparezca no sólo como alguien distinto de mí, sino como alguien desde quien el mundo se organiza de una manera específica e inteligible**. A esto lo llamo apertura a la perspectiva del otro.

La palabra “apertura” debe ser tomada aquí con toda seriedad. No nombra una simple buena disposición genérica, ni una benevolencia abstracta, ni un deseo vago de escuchar. Nombra una operación de atención dirigida hacia el modo en que el mundo se da para otro. El sujeto empático no se limita a retirarse un poco de sí; orienta esa retirada hacia una recepción activa del horizonte ajeno. Intenta captar qué ve el otro, qué pesa para él, qué aparece como amenaza, pérdida, agravio, alivio o esperanza, desde qué memoria interpreta lo presente y qué estructura de sentido organiza su reacción. La empatía no es sólo no-yo; es también sí-al-mundo-del-otro.

Este paso es fundamental porque la alteridad no se agota en la mera diferencia. No basta con saber que el otro no es yo. También hay que comprender **cómo es él**, o mejor dicho, cómo se le da el mundo a él en esta situación concreta. La apertura a la perspectiva ajena intenta precisamente eso: pasar del reconocimiento abstracto de la alteridad a la inteligibilidad concreta de una experiencia situada. El otro no es sólo “otro”; es alguien para quien tal palabra, tal gesto, tal ausencia, tal pérdida o tal decisión significan algo determinado. La empatía se vuelve real sólo cuando esa determinación empieza a aparecer.

Ahora bien, “perspectiva” no significa aquí mera opinión subjetiva. No es sólo lo que el otro “piensa” sobre un hecho. Es el conjunto de condiciones vividas desde las cuales ese hecho adquiere el sentido que tiene para él. Incluye su historia, su posición en la relación, sus vulnerabilidades, sus hábitos de interpretación, sus expectativas, sus temores, su umbral de tolerancia, su memoria afectiva y su actual configuración de mundo. Abrirse a la perspectiva ajena significa intentar ver cómo todos esos elementos convergen en una

determinada experiencia. No es aceptar su relato sin examen. Es comprender el lugar desde el cual ese relato se vuelve posible.

Por eso esta apertura exige una atención muy fina a la situación. La empatía no opera bien en abstracto. No se dirige a una esencia descontextualizada del otro, sino a una vivencia concreta en un entramado concreto. Una misma frase puede no significar lo mismo para dos personas distintas. Una misma distancia puede ser vivida como respeto o como abandono. Un mismo límite puede sentirse como orientación o como desprecio. Abrirse a la perspectiva del otro es entender que el sentido no reside sólo en el hecho bruto, sino en el encuentro entre ese hecho y un mundo vivido. Sin esta comprensión situada, la empatía se vuelve una fórmula vacía.

Aquí aparece una exigencia metodológica muy importante: la perspectiva ajena no debe ser **supuesta** demasiado pronto; debe ser **explorada**. Es muy fácil creer que ya sabemos cómo vive el otro una situación porque reconocemos algunos elementos familiares: una pérdida, una discusión, una herida narcisista, un abandono, una frustración. Pero la familiaridad externa de la escena puede ocultar diferencias decisivas en el mundo vivido. La apertura empática exige entonces una forma de paciencia interpretativa. No corre inmediatamente a traducir la experiencia ajena a esquemas conocidos. Se deja instruir por la singularidad de lo que el otro muestra, dice, calla y deja entrever.

Esto implica que la apertura a la perspectiva del otro es inseparable de la **escucha**. Pero conviene entender qué significa escuchar en un sentido fuerte. No es sólo guardar silencio mientras el otro habla. Tampoco es simplemente permitir que se exprese sin interrumpirlo. Escuchar, en la estructura empática, significa dejar que las palabras, los tonos, los silencios y las vacilaciones del otro reorganicen

provisionalmente mi mapa de la situación. Si escucho de verdad, no sólo recibo información; dejo que la realidad se reordene desde un punto de vista que no es el mío. La escucha empática es una forma de movilidad interior.

Pero la apertura a la perspectiva ajena no depende únicamente de lo que el otro formula explícitamente. La experiencia humana rara vez se entrega de manera enteramente transparente en el discurso. A veces el otro no sabe bien lo que le pasa. A veces se defiende de su propia vivencia. A veces la minimiza, la exagera o la recubre con explicaciones demasiado rápidas. A veces dice “estoy enfadado” cuando está humillado, o “no me importa” cuando está herido, o “quiero estar solo” cuando teme ser rechazado. Abrirse a la perspectiva del otro no consiste, por tanto, en obedecer de manera literal cada una de sus autodescripciones, sino en atender a la estructura de sentido que en ellas se expresa, incluso de manera parcial o distorsionada.

Esto hace de la empatía una operación delicada. Porque obliga a escuchar sin servilismo y a interpretar sin invasión. Si me limito a tomar literalmente todo lo que el otro dice, puedo perder profundidad. Pero si interpreto demasiado rápido lo que “realmente” le ocurre, corro el riesgo de sustituir su experiencia por mi teoría. La apertura auténtica debe moverse entre ambos extremos. Recibe con seriedad lo que el otro dice, pero no reduce su perspectiva a una superficie verbal. Atiende también al tono, a la selección de lo narrado, a la repetición de ciertos núcleos, a los lugares donde la palabra se quiebra o se endurece. Comprender la perspectiva del otro implica una inteligencia del lenguaje vivido, no sólo del contenido declarativo.

Esta inteligencia requiere una forma especial de imaginación. No la imaginación que proyecta mi experiencia sobre el otro, sino la imaginación que intenta desplazarse hacia el mundo desde el cual sus palabras tienen el peso que tienen. La imaginación empática no inventa arbitrariamente; ensaya aproximaciones. Se pregunta: ¿qué significa esto para él?, ¿qué mundo tiene que haberse abierto para que esta ausencia se viva como insoportable?, ¿qué experiencia de sí está siendo tocada aquí?, ¿qué memoria se activa?, ¿qué amenaza o qué pérdida se vuelve dominante en su horizonte? Esta imaginación no es fantasía libre. Es una hipótesis disciplinada por la escucha, por el contexto y por la expresión concreta del otro.

También hay que decir que esta apertura no es puramente cognitiva. No basta con "entender" en el sentido frío del término. La perspectiva del otro debe, en algún grado, volverse **afectivamente significativa** para mí. De otro modo, podría describirla como quien analiza un caso, pero no la habitaría lo suficiente como para que la comprensión tuviera espesor humano. La apertura empática implica que algo del mundo del otro me alcance, me toque, modifique mi disposición y mi atención. No tiene por qué arrastrarme ni desbordarme, pero sí debe hacerme sentir que no estoy ante una mera construcción intelectual, sino ante una vida vivida que reclama presencia.

Sin embargo, este alcance afectivo no debe confundirse con reproducción emocional. No necesito experimentar la misma intensidad de miedo, vergüenza o tristeza para abrirme de verdad a la perspectiva ajena. De hecho, a veces una excesiva reproducción emocional puede dificultar la comprensión. Lo importante es que el mundo del otro deje de serme indiferente y adquiera, en mi

conciencia, una realidad suficiente. La apertura no me vuelve idéntico al otro; me vuelve receptivo a la inteligibilidad de su mundo.

Desde el punto de vista formal, esta operación tiene un carácter relacional muy importante. La perspectiva del otro no se me da como una cosa que simplemente observo desde fuera. Se me da en una interacción en la que yo mismo estoy implicado. Mi presencia, mis palabras, mi tono, mi posición en la relación y mi historia con esa persona influyen en lo que comparece y en cómo comparece. Por eso la apertura empática exige también conciencia de la propia implicación. No escucho nunca desde un punto cero neutral. Escucho desde una ubicación concreta que puede facilitar o dificultar lo que el otro puede mostrar. Ser empático incluye advertir esta mediación.

Esto es especialmente importante en vínculos asimétricos o cargados de historia: padres e hijos, maestros y alumnos, parejas, amigos heridos, terapeutas y pacientes, jefes y subordinados. En todos estos casos, la perspectiva del otro no comparece en un vacío, sino en una relación donde mi figura tiene ya un peso para él. Lo que me dice no es sólo “su mundo”, sino su mundo en presencia de alguien como yo y, a menudo, en reacción a mí. Abrirme a su perspectiva exige entonces atender también a la posición que ocupo en ella. A veces el otro no puede hablarme simplemente de sí; me habla desde la herida, la expectativa o el miedo que yo represento o activo. Ignorar esto sería un grave defecto de empatía.

La apertura a la perspectiva del otro exige, además, tolerar la posibilidad de que su mundo me resulte inicialmente extraño, desproporcionado, incomprensible o incluso irritante. Aquí se prueba una parte decisiva de la capacidad empática. Es relativamente fácil abrirse a experiencias ajenas que ya me resultan

familiares o que espontáneamente considero razonables. La dificultad empieza cuando el otro vive algo de un modo que yo no comparto, que me parece exagerado o que choca con mi umbral de sensibilidad. Si en ese punto cierro la apertura y reduzco de inmediato su perspectiva a error, inmadurez o manipulación, la empatía se interrumpe. Por eso la apertura empática requiere soportar un tramo de extrañeza.

Soportar esa extrañeza no significa celebrarla acríticamente. Significa dejar que se vuelva inteligible antes de evaluarla. El otro puede estar equivocado, sí. Puede estar leyendo mal una situación. Puede estar deformando los hechos. Pero si no comprendo primero desde qué configuración de mundo surge esa deformación, mi crítica será más pobre, más ciega y probablemente más injusta. La apertura a la perspectiva ajena no garantiza que al final la comparta; garantiza sólo que no la reduzca prematuramente a mera insensatez. Y esa garantía ya es mucho.

Hay también un aspecto temporal de esta apertura. No siempre se da de una vez. A menudo requiere un proceso de aproximación. Al principio sólo captamos rasgos sueltos: una emoción visible, una queja, una reacción. Luego, si la escucha se profundiza, empezamos a ver conexiones: una humillación más antigua, una fragilidad repetida, una expectativa traicionada, una lógica relacional que se repite. La perspectiva del otro se va abriendo por capas. Esto significa que la empatía no es, en muchos casos, una intuición instantánea, sino una construcción progresiva de comprensión. Requiere tiempo, retorno, preguntas, corrección de hipótesis. La apertura no es una iluminación mágica; es un trabajo.

Ese trabajo se dificulta cuando el sujeto quiere comprender demasiado deprisa. La prisa es enemiga de la perspectiva. Quien se

precipita tiende a quedarse con el primer sentido disponible, con la primera analogía, con la primera explicación que calma su incomodidad. La apertura auténtica resiste esa prisa. Sabe que la experiencia ajena suele aparecer primero de manera fragmentaria, mezclada, defensiva. Y sabe también que ciertas perspectivas sólo se dejan entender cuando se ha renunciado a exigirles inmediatez total. Empatizar, en este sentido, es también saber esperar.

Desde un punto de vista más profundo, la apertura a la perspectiva del otro revela algo importante sobre la condición humana: que el mundo no es una realidad dada una sola vez del mismo modo para todos. Cada conciencia lo habita desde un espesor singular. La empatía no inventa esta pluralidad; la descubre. Descubre que una misma realidad puede abrirse como pérdida para uno, liberación para otro, amenaza para un tercero, indiferencia para un cuarto. No todas estas aperturas son igualmente verdaderas o justas, pero todas muestran que la realidad humana no se deja reducir a una única superficie común. La empatía es una de las facultades por las cuales esta pluralidad se vuelve realmente pensable y vivible.

Por eso la apertura a la perspectiva del otro tiene también un valor ético indirecto muy alto. Nos arranca de la soberanía fácil de quien cree que su mundo es el mundo. Nos obliga a reconocer que el otro no es simplemente alguien que “reacciona” a lo que ocurre, sino alguien para quien lo que ocurre tiene un sentido propio, inscrito en una historia y en una forma singular de habitar la realidad. Esta apertura no resuelve todavía qué debemos pensar o hacer, pero cambia radicalmente el punto de partida desde el cual podremos pensar y actuar.

Podría formularse así el núcleo de este apartado:

La apertura a la perspectiva del otro es la capacidad de dejarse orientar por el modo en que una situación adquiere sentido en el mundo vivido ajeno, sin reducir ese sentido ni a una opinión arbitraria ni a una simple proyección de los propios esquemas.

Esta formulación complementa la del apartado anterior. El descentramiento del yo suspende la centralidad espontánea de la propia perspectiva. La apertura a la perspectiva del otro llena ese espacio con una atención real al horizonte ajeno. Sin el primer movimiento, el otro no comparece; sin el segundo, comparece sólo como diferencia vacía. Juntos constituyen el comienzo efectivo de la empatía.

Pero para que esta apertura no derive ni en fusión ni en apropiación, hace falta una tercera operación formal: mantener con claridad la diferencia entre yo y tú, entre mi experiencia de tu experiencia y tu experiencia misma. Ésa será la tarea del siguiente apartado.

5.3. Distinción entre yo y tú

Si el descentramiento del yo suspende la centralidad espontánea de la propia perspectiva, y la apertura al otro permite que su mundo vivido empiece a comparecer con densidad, todavía falta una condición decisiva para que haya empatía en sentido estricto: **mantener la diferencia entre yo y tú**. Sin esta diferencia, el acceso a la experiencia ajena se degrada. Puede convertirse en contagio, en apropiación, en identificación proyectiva o en absorción emocional. La empatía no consiste sólo en salir de sí ni en abrirse al otro; consiste también en no perder la frontera que hace posible reconocerlo verdaderamente como otro.

Ésta es una de las paradojas más importantes del fenómeno. La empatía requiere cercanía, pero no fusión. Requiere intimidad

comprensiva, pero no indistinción. Requiere afectación, pero no confusión de interioridades. Dicho de otro modo: la diferencia entre yo y tú no es un obstáculo que la empatía deba superar del todo, sino el marco mismo dentro del cual puede darse. Si esa diferencia desaparece, la experiencia del otro deja de presentarse como ajena y, por tanto, deja de ser comprendida en su alteridad. Lo que queda ya no es empatía, sino otra cosa.

Conviene precisar aquí de qué diferencia se habla. No se trata sólo de una separación externa entre dos individuos. Se trata de una diferencia fenomenológica y existencial: **mi experiencia de la experiencia del otro no es la experiencia del otro**. Por más cerca que me sienta, por más lúcida que sea mi comprensión, por más parecidas que sean nuestras historias o emociones, sigo sin habitar desde dentro su conciencia del mismo modo en que él la habita. Su vergüenza es suya. Su duelo es suyo. Su miedo es suyo. Yo puedo comprenderlos, resonar con ellos, dejarme afectar y orientarme por ellos. Pero si olvido que siguen siendo suyos, destruyo precisamente aquello que pretendía comprender.

Esta verdad parece obvia en abstracto y, sin embargo, se pierde con facilidad en la vida concreta. Se pierde porque la cercanía afectiva produce una fuerte tentación de identidad. Quien ama, quien acompaña, quien consuela, quien cuida, suele desear que la distancia desaparezca. No quiere ser un observador externo, sino un partícipe real. Y ese deseo tiene una nobleza verdadera. La frialdad distante no es empatía. Pero el deseo de no quedar fuera puede deslizarse hacia la ilusión de que comprender mejor equivale a coincidir interiormente. Entonces aparecen frases como “yo soy exactamente como tú”, “lo que tú sientes es lo que yo siento”, “tu dolor ya es mi dolor”, “no hay diferencia entre nosotros en esto”.

Estas frases pueden sonar intensamente amorosas o solidarias, pero conceptualmente son peligrosas. Porque si se toman en serio, anulan la alteridad que la empatía debe custodiar.

Mantener la diferencia entre yo y tú exige una disciplina interior contra varias tentaciones.

La primera es la tentación de la **identificación total**. Consiste en creer que, por haber captado bien algo de la experiencia ajena, ya se puede hablar como si uno estuviera instalado plenamente dentro de ella. Aquí el sujeto deja de decir "creo entender" o "intento acercarme a cómo se te da esto" y pasa a decir "sé exactamente lo que te pasa". Esta seguridad no es señal de empatía más profunda, sino de pérdida de la distancia crítica que protege la singularidad del otro. La identificación total borra el resto irreductible de ajenidad que toda comprensión debe conservar si quiere seguir siendo comprensión de otro y no reflejo de uno mismo.

La segunda es la tentación de la **apropiación interpretativa**. No sólo se cree haber entendido; se empieza además a hablar en nombre del otro con una seguridad excesiva. "En realidad tú estás sintiendo esto", "lo que de verdad te pasa es aquello", "yo ya sé por qué reaccionas así". Aquí la diferencia entre ayuda interpretativa y ocupación del mundo ajeno se vuelve especialmente delicada. A veces una interpretación sugerida con humildad puede ayudar al otro a entenderse mejor. Pero cuando quien empatiza deja de escuchar para explicar demasiado pronto, la diferencia entre yo y tú queda lesionada. El otro ya no comparece como sujeto cuyo mundo se intenta comprender, sino como material que uno ya cree poseer suficientemente.

La tercera es la tentación de la **reacción especular**. En lugar de abrirse a la singularidad del otro, el sujeto responde desde su propio

espejo interior: “yo también”, “a mí me pasa igual”, “eso es exactamente como lo mío”. Puede haber aquí un deseo sincero de cercanía, pero también una incapacidad para sostener que el otro no es mera repetición de mi experiencia. El espejo puede servir como puente inicial; se vuelve obstáculo cuando reemplaza a la escucha. Mantener la diferencia entre yo y tú implica aceptar que incluso allí donde hay semejanza sigue habiendo irreductibilidad.

La cuarta es la tentación de la **fusión moral**. Aquí la diferencia no desaparece tanto en el plano afectivo como en el del juicio. El sujeto siente que, para permanecer verdaderamente cerca del otro, debe asumir su perspectiva como propia, repetirla, defenderla y renunciar a todo punto de vista diferenciado. En nombre de la empatía, deja de haber dos centros de experiencia y dos lugares de juicio; sólo queda una interioridad afectivamente alineada. Pero esa alineación no honra al otro como otro; lo convierte en el lugar desde el cual ahora yo también debo sentir y pensar sin residuo. La diferencia entre yo y tú se disuelve y con ella se pierde también una de las condiciones de la verdad.

La preservación de esta diferencia no debe confundirse con frialdad ni con reserva defensiva. No se trata de mantener una separación rígida, como si la interioridad ajena debiera ser tratada siempre desde una distancia casi clínica. Se trata de otra cosa: de permitir que el otro se haga presente con su espesor propio sin ser suplantado por mi reacción, por mi teoría o por mi necesidad de unidad. La diferencia entre yo y tú no enfría la empatía; la vuelve posible. Es el marco dentro del cual la cercanía no se degrada en invasión.

Esta diferencia se manifiesta también en el lenguaje. Hay una diferencia importante entre decir “sé exactamente lo que sientes” y

decir “trato de comprender lo que esto significa para ti”. La primera frase encierra una pretensión de posesión. La segunda conserva la apertura, la humildad y la alteridad. Del mismo modo, no es lo mismo decir “yo en tu lugar haría esto” que decir “quiero entender mejor desde qué lugar estás viviendo esto”. El lenguaje revela aquí con mucha precisión si la empatía mantiene la diferencia o la cancela. Allí donde el yo habla demasiado pronto desde dentro del otro, la relación se vuelve colonizadora aunque esté envuelta en calor afectivo.

Hay que advertir, además, que esta distinción entre yo y tú no sólo protege al otro; protege también al propio sujeto. Quien pierde los límites de esta diferencia puede quedar emocionalmente arrastrado, moralmente desorganizado o cognoscitivamente confundido. Puede empezar a sufrir de un modo que ya no ayuda al otro, a cargar con aquello que no le corresponde o a sentir que su propia consistencia depende de no contradecir nunca la perspectiva ajena. Esto no es señal de mayor humanidad. Es, muchas veces, señal de una empatía mal estructurada. Mantener la diferencia es también cuidar la forma interior desde la cual puede acompañarse sin disolverse.

Desde el punto de vista epistemológico, la distinción entre yo y tú introduce una verdad decisiva: toda comprensión del otro es siempre **de segundo orden** respecto de su experiencia inmediata de sí. Su vivencia no me es dada a mí con la misma inmediatez con que le es dada a él. Yo accedo a ella a través de expresión, lenguaje, cuerpo, contexto, historia y resonancia. Esto no la vuelve irreal ni inaccesible, pero sí cualitativamente distinta de mi acceso a mi propia vivencia. Mantener la diferencia entre yo y tú significa no olvidar nunca este carácter mediado de la comprensión empática.

Allí donde esta mediación se olvida, reaparece la fantasía de transparencia total.

Ahora bien, aceptar que el otro me es accesible de manera mediada no significa resignarse a una opacidad absoluta. Éste sería el error contrario. La diferencia entre yo y tú no debe ser pensada como abismo infranqueable. Si así fuera, la empatía sería ilusoria. No se trata de afirmar una separación tal que el otro quede incomprensible. Se trata de reconocer una distancia suficiente para impedir la apropiación y una proximidad suficiente para hacer posible la comprensión. La estructura empática vive precisamente de ese equilibrio. El otro no es ni pura transparencia ni pura noche. Se da de un modo que exige respeto, interpretación y límite.

Esta estructura es particularmente importante en contextos de gran intimidad. Paradójicamente, cuanto más cercanos estamos a alguien, más fácil resulta olvidar la diferencia entre yo y tú. En el amor, en la amistad intensa, en la maternidad o paternidad, en ciertos vínculos terapéuticos o espirituales, el deseo de unión puede hacer sentir que comprender equivale a compartirlo todo sin resto. Pero precisamente en esos vínculos la diferencia debe ser más cuidada. Porque donde el lazo es fuerte, la invasión puede presentarse bajo apariencia de cuidado. Quien dice “te conozco mejor que tú mismo” puede estar expresando ternura, pero también una forma de colonización. Quien dice “como te amo, sé exactamente qué necesitas” puede estar confundiendo cercanía con derecho sobre la interioridad ajena. La empatía madura resiste estas derivas.

También en contextos de conflicto esta diferencia es fundamental. Comprender al adversario, al que me hiere o al que se opone a mí no implica adoptar su voz ni dejar de ser quien soy. Implica reconocer

que su posición no brota del vacío, que tiene una lógica interna, una experiencia de mundo, una historia y un peso subjetivo. Pero esa comprensión sólo puede ser fecunda si la diferencia entre ambos permanece viva. De lo contrario, el esfuerzo por no deshumanizar al otro se convertiría en una pérdida del propio juicio o en una identificación forzada. La empatía no exige dejar de ser uno mismo; exige dejar de tratar al otro como si sólo pudiera existir dentro de mis categorías.

Hay una formulación especialmente fértil para pensar esta cuestión: **la empatía requiere una dualidad bien sostenida**. No una dualidad hostil, cerrada o indiferente, sino una dualidad viva. Dos centros de experiencia. Dos interioridades que pueden tocarse sin disolverse. Dos mundos que pueden entrar en relación sin perder por ello su diferencia. Esta dualidad no debilita la intimidad; la hace verdadera. Allí donde la dualidad desaparece, ya no hay encuentro, sino absorción. El yo y el tú dejan de relacionarse y uno de ellos termina ocupando al otro.

La importancia ética de esta distinción es grande. Respetar al otro no es sólo no dañarlo. Es también no suplantarlo. No hablar demasiado rápido en su nombre. No confundir cercanía con posesión. No tratar su experiencia como material disponible para la propia comprensión total. La empatía, bien entendida, es una de las formas más altas de este respeto. No porque mantenga una distancia fría, sino porque se acerca lo suficiente como para comprender y se detiene lo suficiente como para no invadir. El otro es acogido, no incorporado.

Esta idea también permite corregir una ilusión muy difundida: la de que la máxima intimidad consistiría en la desaparición de toda frontera entre las conciencias. Esa ilusión es comprensible y hasta

poética, pero no constituye la verdad más alta del vínculo humano. La máxima intimidad no es indistinción, sino reconocimiento mutuo de una alteridad tan cercana que ya no necesita abolirse para ser profunda. La empatía participa de esa intimidad fuerte. No necesita borrar el yo y el tú. Necesita mantenerlos en una relación tal que ninguno se vuelva objeto del otro y ninguno absorba al otro en sí.

Podría condensarse este apartado en una formulación rigurosa:

La distinción entre yo y tú es la condición por la cual la experiencia ajena puede ser comprendida como ajena, sin ser reducida ni a proyección de la propia interioridad ni a objeto de apropiación interpretativa.

Esta formulación muestra con claridad su papel estructural. Sin ella, la apertura al otro se pervierte. El descentramiento del yo se convierte en autoanulación o en fusión. La escucha se vuelve espejo. La cercanía se vuelve invasión. Y la comprensión pierde su objeto propio: la experiencia del otro en cuanto otro.

Con ello quedan fijadas tres operaciones fundamentales de la estructura formal de la empatía. Primero, el yo se descentra. Después, se abre a la perspectiva del otro. Finalmente, mantiene la diferencia entre ambos. Pero aún falta una cuarta operación, no menos importante: el retorno reflexivo al propio juicio. Porque la empatía no se cumple sólo en la apertura al otro; debe volver también al sujeto que comprende, para que esa comprensión no quede suspendida en la pura receptividad, sino que pueda integrarse con discernimiento. Ése será el siguiente paso.

5.4. Retorno reflexivo y juicio propio

Si la empatía consistiera únicamente en descentrar el yo, abrirse a la perspectiva del otro y mantener la diferencia entre ambas

interioridades, todavía faltaría algo esencial. Faltaría el momento en que el sujeto que ha comprendido vuelve sobre sí mismo para pensar, evaluar y responder. Sin este **retorno reflexivo**, la empatía quedaría suspendida en una pura receptividad. Sería una forma de exposición al mundo ajeno sin integración en una conciencia responsable. Y entonces correría el riesgo de degenerar en contagio, complacencia, parálisis moral o sometimiento afectivo. La estructura de la empatía no se completa sólo yendo hacia el otro; debe también regresar desde el otro hacia una forma más lúcida de juicio propio.

Este punto es de la mayor importancia porque corrige una confusión muy extendida: la idea de que la empatía sería más pura cuanto menos juicio introduzca. Según esa idea, el momento verdaderamente humano sería el de la apertura, mientras que el retorno reflexivo representaría ya una recaída en la distancia, en la frialdad o en la normatividad. Pero esta oposición es falsa. La empatía madura no se opone al juicio; **lo prepara**. Y lo prepara precisamente porque el juicio que vuelve de una verdadera comprensión ya no es el mismo que el juicio que se adelantaba a ella. Ha sido modificado, ensanchado, humillado en su precipitación, obligado a pasar por la experiencia de que el otro no era reducible a una categoría inmediata. El retorno reflexivo no traiciona la empatía; la lleva a su forma completa.

Conviene precisar qué significa aquí “retorno”. No se trata de un simple regreso psicológico del sujeto a sí mismo, como si después de haber mirado al otro volviera a encerrarse en su propio mundo. Se trata de una reanudación de la propia capacidad de juicio después de haber sido atravesada por la experiencia de la alteridad. El sujeto no vuelve idéntico a como era antes de la apertura empática. Vuelve

habiendo comprendido algo que no era suyo y debe ahora integrar esa comprensión en su propio discernimiento. El retorno reflexivo no es replegarse; es asumir la responsabilidad de pensar después de haber dejado comparecer al otro.

Esta responsabilidad es decisiva. La empatía, por sí sola, no decide. No determina automáticamente qué debe hacerse, qué interpretación es verdadera, qué respuesta es justa o qué límite corresponde poner. Puede iluminar estos problemas, puede complejizarlos, puede impedir simplificaciones crueles; pero no los resuelve por sí misma. Alguien puede haber comprendido muy bien la humillación, el miedo o la desesperación de otro y, sin embargo, todavía tener que decidir si una conducta fue legítima, si una lectura de los hechos es correcta o si una demanda debe ser aceptada o resistida. El retorno reflexivo es el momento en que la comprensión se deja traducir, no sin dificultad, en juicio.

Lo primero que este retorno exige es una forma de **distancia recuperada**. No la distancia fría que nunca se dejó afectar por el otro, sino una distancia nueva, posterior a la comprensión. Esta distancia no niega lo comprendido; lo sitúa. Permite preguntar: ¿qué de todo esto pertenece a la vivencia y qué a la interpretación?, ¿qué parte del sufrimiento del otro revela algo verdadero y qué parte puede estar deformando su lectura de la situación?, ¿qué responsabilidad conserva?, ¿qué respuesta sería realmente buena para él y para los demás implicados?, ¿qué debo hacer yo con esta comprensión? Sin esta distancia recuperada, el sujeto permanecería demasiado inmerso en la experiencia ajena como para discernirla.

Por eso la empatía no sólo exige apertura; exige también forma. La forma aparece justamente en este retorno. Después de dejarse

tocar, el sujeto debe poder volver a pensar. Debe resistir la tentación de que toda comprensión se convierta automáticamente en validación. Debe soportar que la experiencia del otro lo haya movido sin por ello renunciar a la tarea de distinguir. Y esta tarea es mucho más difícil que la del juicio precipitado, porque ahora no puede apoyarse en la comodidad de la distancia previa. Tiene que pensar desde una conciencia más herida, más modificada, más expuesta a la complejidad. El retorno reflexivo no simplifica; carga con una verdad más pesada.

Hay aquí una diferencia crucial entre dos tipos de juicio. Está el juicio **previo** a la empatía, que suele ser más rápido, más seguro de sí, más inclinado a clasificar. Y está el juicio **posterior** a la empatía, que ya ha atravesado la experiencia de la alteridad y, por tanto, no puede permanecer igual de inmediato. Este segundo juicio no es necesariamente más indulgente, pero sí debería ser más verdadero. No porque renuncie a distinguir, sino porque distingue sabiendo mejor qué está distinguiendo. Ha comprendido la génesis subjetiva de una posición, el peso de una herida, la lógica de una reacción, la estructura de una experiencia. Y justamente por eso puede ahora juzgar con menos brutalidad y con menos simplificación.

Este punto debe ser insistido con fuerza: la empatía no sustituye el juicio, pero sí cambia su calidad. Un sujeto que comprende antes de juzgar no tiene por qué terminar aprobando más, pero sí debería terminar juzgando mejor. Juzga sabiendo algo que el juicio frío no sabía: cómo se había configurado el mundo para el otro. Esa comprensión no destruye la norma, pero sí le da espesor humano. No elimina la responsabilidad, pero la ubica dentro de una situación existencial concreta. No anula la crítica, pero impide que se ejerza como si el otro fuera sólo el nombre de su falta.

Sin embargo, para que este retorno sea genuino y no mera reactivación de la postura previa, debe cumplir una condición importante: **dejarse afectar sin dejarse gobernar**. Ésta es una fórmula clave. La empatía toca al sujeto, sí. Lo mueve, lo expone, lo descentra. Pero si ese movimiento se convierte en gobierno absoluto de su respuesta, la comprensión degenera en heteronomía afectiva. El sujeto ya no piensa desde una razón modificada por la alteridad, sino desde una razón anulada por ella. El retorno reflexivo impide esta anulación. Recupera la libertad interior necesaria para integrar la comprensión sin ser absorbido por ella.

Esta libertad interior no equivale a independencia orgullosa ni a desapego insensible. Es, más bien, la capacidad de no quedar capturado por la primera forma afectiva que la experiencia ajena produce en mí. Supone poder decir: “esto que comprendo me conmueve y me obliga a pensar, pero no por eso me dispensa de pensar”. Ésta es una de las formas más altas de madurez ética e intelectual. Porque sólo quien puede regresar así sobre sí mismo sin clausurar lo comprendido logra unir humanidad y verdad. El que no regresa queda atrapado en la pura receptividad. El que nunca salió de sí, en la pura autosuficiencia. La empatía completa exige ambos movimientos.

Hay también una razón más profunda para este retorno: el otro no sólo merece ser comprendido, sino también ser **respondido**. Y no toda respuesta adecuada consiste en acompañar silenciosamente su vivencia. A veces la respuesta correcta será consolar. Otras veces, poner un límite. Otras, disentir. Otras, corregir una interpretación. Otras, aceptar una demanda. Otras, negarla. Otras, guardar silencio por un tiempo. Otras, intervenir con firmeza. Todas estas posibilidades exigen juicio. La empatía proporciona la materia

humana desde la cual esa respuesta puede volverse más justa. Pero la respuesta misma necesita una forma de decisión que sólo el retorno reflexivo puede ofrecer.

Esto se ve con claridad en ámbitos como la educación, la amistad o la paternidad. Un maestro puede comprender muy bien la inseguridad de un alumno y, sin embargo, concluir que no debe rebajar la exigencia, sino sostenerla con otra forma. Un amigo puede comprender la rabia de otro y, sin embargo, negarse a acompañarlo en una injusticia. Un padre puede comprender el dolor del hijo y, aun así, mantener un límite que el hijo vive mal. En todos estos casos, si la empatía no retornara al juicio, se volvería complicidad o debilidad. Y, al hacerlo, traicionaría precisamente el bien del otro. Comprender no basta. Hay que saber qué hacer con lo comprendido.

Este "qué hacer" no es deducible de manera automática. No hay una regla simple que diga: a mayor comprensión, mayor indulgencia; o a mayor empatía, menor corrección. Al contrario. A veces comprender mejor obliga a ser más firme, no menos. Porque permite ver que cierta complacencia reforzaría una distorsión, una dependencia o una forma de daño. Otras veces obliga a suavizar una exigencia, porque muestra una vulnerabilidad que no había sido advertida. El retorno reflexivo no tiene una única dirección práctica. Su función no es producir siempre el mismo tipo de respuesta, sino permitir que la respuesta nazca de una inteligencia ya trabajada por la alteridad.

También hay que advertir que este retorno es el lugar donde aparece con mayor claridad la relación entre empatía y verdad. Mientras el sujeto está sólo en la apertura al otro, todavía no se ha pronunciado sobre la validez de lo comprendido. Ha dejado comparecer una experiencia. Ha suspendido sus esquemas. Ha recibido una perspectiva. Pero la verdad exige algo más: contrastar, distinguir,

ubicar. El retorno reflexivo es el momento en que la conciencia se pregunta no sólo qué vive el otro, sino qué de eso corresponde a los hechos, qué pertenece a una interpretación equivocada, qué hay de razonable, qué hay de desproporcionado, qué responsabilidad sigue en pie, qué parte del conflicto es real y cuál imaginada. Sin este momento, la empatía queda incapacitada para convivir con la verdad.

Ahora bien, el juicio que retorna no puede hacerlo como si nada hubiera ocurrido. No sería retorno, sino simple repetición de la postura previa. Debe conservar en sí la huella de la experiencia ajena. Debe juzgar desde una conciencia que ya no se pertenece del todo a sí misma, porque ha sido atravesada por la presencia del otro. Ésta es la diferencia entre un juicio empobrecido y un juicio empático. El primero puede ser correcto en algunos casos, pero carece de profundidad relacional. El segundo no siempre será más blando, pero sí debería ser menos ciego. Ha aprendido algo de la alteridad antes de pronunciarse. Y eso lo obliga a un tipo distinto de rigor.

Desde este punto de vista, el retorno reflexivo es también una forma de **responsabilidad del yo frente a sí mismo**. Después de comprender al otro, el sujeto debe preguntarse qué hace con esa comprensión. Puede usarla para cuidar mejor. Puede usarla para manipular. Puede usarla para exculpar donde no corresponde. Puede usarla para justificar su propia pasividad. Puede usarla para ver con más precisión. La empatía no garantiza por sí sola el uso correcto de lo comprendido. El retorno reflexivo es el espacio donde esa decisión se vuelve explícita. Allí se muestra si la comprensión será integrada en una razón ética o desviada hacia una economía afectiva más cómoda pero menos verdadera.

Esto introduce un elemento decisivo: la empatía es estructuralmente **incompleta** sin reflexión. No porque la reflexión sea superior en dignidad humana, sino porque sin ella la comprensión no llega a convertirse en orientación. Puede haber sensibilidad, apertura, incluso hondura de captación. Pero si todo eso no retorna a una conciencia capaz de juzgar, la empatía queda flotando en un estado de receptividad indeterminada. Y la vida humana no puede sostenerse en esa indeterminación. Tiene que decidir, actuar, responder, callar, hablar, perdonar, corregir, sostener o rechazar. El retorno reflexivo es el puente entre comprensión y responsabilidad.

Este punto también corrige una idea muy extendida en ciertas formas de sensibilidad contemporánea: que pensar después de comprender equivaldría a "salirse" de la empatía. No. Pensar después de comprender es precisamente honrar lo comprendido. Lo contrario sería tratar la experiencia del otro como algo tan frágil o sagrado que no pudiera entrar nunca en el espacio del discernimiento. Pero ese "respeto" sería una forma de infantilización. Tratar al otro como sujeto de experiencia incluye también tratarlo como alguien cuyo mundo puede y debe entrar en diálogo con la verdad, con el juicio y con la respuesta moral. No hacerlo sería dejarlo solo dentro de su propia inmediatez.

Podría decirse, entonces, que el retorno reflexivo es el momento en que la empatía deja de ser pura apertura y se vuelve **sabiduría práctica posible**. No todavía sabiduría consumada, pero sí posibilidad de una respuesta más justa. Sin él, no hay síntesis entre alteridad y criterio. Con él, el sujeto puede aspirar a esa forma difícil y rara de vida humana en la que comprender no equivale a capitular y juzgar no equivale a deshumanizar.

La fórmula más rigurosa para condensar este apartado sería ésta:

El retorno reflexivo es la operación por la cual el sujeto que ha comprendido la perspectiva ajena vuelve sobre sí mismo para integrar esa comprensión en un juicio propio, evitando tanto la recaída en la autosuficiencia previa como la disolución en la pura receptividad.

Ésta es la cuarta gran pieza de la estructura formal de la empatía. Primero, el yo se descentra. Después, se abre a la perspectiva del otro. Luego, mantiene la diferencia entre ambas interioridades. Finalmente, retorna a sí para juzgar desde una conciencia ya modificada por la alteridad. Sólo así la empatía deja de ser un gesto vago de sensibilidad y se convierte en una facultad humana intelectualmente seria y moralmente fecunda.

5.5. La empatía como cercanía con distancia

Si se quisiera reunir en una sola fórmula todo lo que ha venido apareciendo en este capítulo, habría que decir que **la empatía es una forma de cercanía que sólo se conserva verdadera si mantiene distancia**. Ésta es, quizá, la paradoja central del concepto. Acercarse demasiado poco y el otro queda reducido a objeto, a caso, a conducta observada desde fuera. Acercarse demasiado, en el mal sentido, y el otro queda absorbido, confundido con el propio mundo interior o sometido a una identificación que cancela su alteridad. La empatía no vive en ninguno de esos extremos. Vive en la tensión difícil entre ambos. Es cercanía con distancia, proximidad con forma, apertura con límite.

Conviene empezar por la palabra **cercanía**. La empatía no es posible desde una indiferencia lejana. No basta con saber que el otro existe, ni con reconocer de manera abstracta que tiene una vida interior.

Hace falta una aproximación real. El otro debe dejar de ser mera presencia externa y volverse alguien cuya experiencia me importa lo suficiente como para modificar mi atención, suspender mi centralidad espontánea y dejar que su mundo comparezca. Esta cercanía no es sólo física ni sólo afectiva. Es una cercanía de presencia: estar de tal modo ante el otro que su vivencia no quede expulsada de mi horizonte. Una conciencia sin esta proximidad podrá analizar, clasificar, incluso describir correctamente ciertos estados; pero difícilmente empatizará en sentido fuerte.

Sin embargo, la cercanía no basta. De hecho, una cercanía sin distancia puede ser una de las formas más peligrosas de deformación. Puede volverse apropiación, invasión, saturación afectiva o incapacidad de discernir. Por eso la segunda palabra de la fórmula es decisiva: **distancia**. Pero aquí hay que ser muy precisos. No se trata de distancia fría, indiferente, defensiva o desinteresada. No se trata de quedarse fuera para no ser afectado. Se trata de una distancia interior que preserva la diferencia entre mi acceso a la experiencia ajena y la experiencia ajena misma; entre mi reacción ante su dolor y su dolor; entre mi interpretación de su mundo y su mundo vivido; entre mi comprensión y mi juicio. Esta distancia no empobrece la relación. La salva.

La empatía, por tanto, exige una cercanía que no se abandona a la fusión y una distancia que no se endurece en desafección. Este equilibrio es raro porque ambas dimensiones tienden a corromperse una a la otra. La cercanía empuja hacia la confusión; la distancia, hacia la abstracción. Quien quiere proteger la humanidad del vínculo puede verse tentado a reducir demasiado la separación entre ambos sujetos. Quien quiere proteger la lucidez puede refugiarse en una distancia excesiva. La forma superior de la

empatía consiste en evitar ambas caídas. No por punto medio tibio, sino por una síntesis más alta: estar verdaderamente cerca sin dejar de estar verdaderamente diferenciado.

Podría decirse también así: la empatía no es un simple "entre" el frío y la fusión, como si fuera una mezcla moderada de ambas cosas. Es una realidad cualitativamente distinta. La frialdad no quiere entrar. La fusión entra destruyendo la diferencia. La empatía entra conservando la diferencia. Por eso no es moderación afectiva sin más, sino una modalidad singular de presencia. Su dificultad reside en que exige al mismo tiempo receptividad y contención, entrega y límite, sensibilidad y forma. Ninguna de esas polaridades puede desaparecer sin que el fenómeno se deforme.

Este carácter doble de la empatía puede pensarse mejor si distinguimos entre dos peligros permanentes.

El primer peligro es el de la **objetivación distante**. Aquí el otro es visto, quizá incluso correctamente descrito, pero no verdaderamente acogido como sujeto de experiencia. Se lo trata como alguien sobre quien sé cosas, no como alguien cuyo mundo se me hace presente. La distancia domina tanto que impide la comparecencia real de la alteridad vivida. Esta forma de relación puede ser eficaz, ordenada, incluso justa en ciertos niveles externos, pero carece del espesor humano que la empatía introduce. El otro permanece demasiado fuera.

El segundo peligro es el de la **absorción cercana**. Aquí el otro ya no está demasiado fuera, sino demasiado dentro, pero dentro de una manera equivocada. Su experiencia no es recibida como experiencia ajena, sino apropiada, duplicada o invadida por la reacción del que empatiza. La distancia interior se pierde y, con ella, la posibilidad de comprensión respetuosa. El otro ya no está lejos, pero tampoco

comparece como otro. Ha sido incorporado al circuito del propio afecto, de la propia teoría o de la propia necesidad de unidad. Está demasiado dentro, pero mal dentro.

La empatía verdadera evita estas dos formas de fracaso. No se limita a mirar desde fuera, pero tampoco invade desde dentro. Su forma es la de una **proximidad respetuosa**. Respetuosa no en el sentido banal de "educada", sino en el sentido más fuerte de la palabra: deja ser al otro en su diferencia incluso cuando se acerca a su experiencia con hondura. No se apropia del dolor que comprende. No reduce la alteridad a material de identificación. No usa la cercanía para dominar. Se aproxima sin ocupar.

Aquí se vuelve especialmente importante una cuestión de ritmo interior. La cercanía con distancia no es sólo una estructura conceptual; es también una manera de habitar el tiempo de la relación. Quien empatiza bien no se precipita demasiado rápido ni hacia la clasificación ni hacia la fusión. Se acerca, escucha, recibe, deja comparecer, formula hipótesis con cuidado, corrige su propia lectura y no exige una transparencia inmediata. Esta temporalidad paciente pertenece a la distancia buena. Es una distancia que da aire, que no asfixia, que no llena demasiado pronto los vacíos del otro con la propia reacción o con la propia explicación. La cercanía empática sabe esperar.

Esta espera no es pasividad. Es una forma de actividad contenida. Quien está realmente cerca del otro no necesita invadir para sentir que la relación es real. Puede soportar el no saber completo. Puede tolerar que el otro no se entregue enteramente. Puede permanecer en una comprensión parcial sin convertir esa parcialidad en fracaso o en excusa para la apropiación. Esto es decisivo porque muchas deformaciones de la empatía nacen precisamente de la impaciencia

frente a la alteridad. El sujeto no tolera que el otro conserve un resto inaccesible y, para aliviar esa incomodidad, se precipita a la fusión o a la explicación total. La distancia buena es, entre otras cosas, la capacidad de no apurar la desaparición de ese resto.

La cercanía con distancia es también lo que permite que la empatía no se vuelva una forma de indulgencia estructural. Si estoy demasiado lejos, juzgaré sin haber comprendido. Si estoy demasiado confundido con el otro, ya no podré juzgar en absoluto. Pero si estoy cerca con distancia, podré hacer ambas cosas en el orden correcto: primero comprender, luego evaluar sin traicionar lo comprendido. La distancia conserva el espacio del juicio propio; la cercanía impide que ese juicio sea ciego. Ésta es una de las razones por las que la empatía no puede ser definida ni como pura apertura ni como pura evaluación, sino como una relación en la que ambas posibilidades quedan articuladas.

Hay en esta estructura una enseñanza antropológica muy profunda. El vínculo humano más alto no es aquel en el que las diferencias desaparecen, sino aquel en el que la diferencia ya no impide la proximidad. La cultura sentimental suele imaginar la plenitud del lazo como indistinción: sentir lo mismo, pensar lo mismo, reaccionar del mismo modo, habitar una sola interioridad. Pero la empatía nos enseña otra cosa. Nos enseña que la verdadera profundidad relacional no consiste en negar la dualidad, sino en sostenerla de un modo no hostil. Dos centros de experiencia pueden acercarse muchísimo sin volverse uno. La distancia no es siempre fracaso del vínculo; a veces es la forma misma de su verdad.

Esto vale de manera especial para el amor. Amar no es fundirse. Amar bien exige una cercanía intensa que no destruya la alteridad. El otro no debe convertirse ni en espejo de mis necesidades ni en

extensión de mi mundo interior. La empatía participa de esta verdad del amor, aunque no la agote. Enseña que el acercamiento auténtico preserva lo que toca. No lo consume. No lo disuelve. No lo vuelve material completamente disponible. Por eso puede decirse que la empatía es una pedagogía de la cercanía justa. Nos enseña a estar cerca sin invadir.

También en la amistad esta estructura es decisiva. El amigo verdaderamente empático no es el que se confunde conmigo hasta no poder distinguir ya su mirada de la mía. Tampoco es el que me observa con fría lucidez desde una distancia estéril. Es el que logra acercarse a mi experiencia de tal modo que ésta se vuelve para él inteligible, importante y digna de cuidado, sin por ello dejar de ser mi experiencia ni perder él la libertad de decirme una verdad difícil. La amistad alta exige precisamente esa forma rara de cercanía con distancia. Allí donde la distancia desaparece, la amistad se vuelve posesiva o cómplice. Allí donde la cercanía falta, se vuelve funcional o abstracta.

En el acompañamiento del sufrimiento, esta cuestión se vuelve todavía más visible. Estar con alguien que padece no significa hundirse con él ni observarlo desde fuera. Significa entrar en la densidad de su dolor sin dejar de conservar una forma interior que permita sostener, contener y responder. Muchas veces la persona que sufre no necesita a alguien que reproduzca caóticamente su estado, sino a alguien cuya cercanía esté habitada por una distancia lúcida. Esa distancia no enfría el consuelo; le da consistencia. Permite que el otro sea visto, escuchado y acogido sin que todo se derrumbe en la misma marea afectiva.

Desde el punto de vista epistemológico, la cercanía con distancia también define el tipo de conocimiento que la empatía hace posible.

No es un conocimiento puramente objetivo, porque está implicado por la presencia del otro y por la resonancia de su mundo vivido. Pero tampoco es un conocimiento puramente subjetivo, porque no se reduce a lo que el otro despierta en mí. Es un conocimiento relacional, situado entre la participación y la diferencia. Sólo una conciencia que se acerca sin suprimir la distancia puede captar algo verdadero de la interioridad ajena. Si está demasiado fuera, no capta el sentido vivido. Si está demasiado dentro de sí o del otro, confunde. La verdad empática vive de esa tensión.

Podría decirse incluso que la distancia es el modo en que la empatía protege la verdad de la cercanía. La cercanía por sí sola quiere rápido alivio, identificación, unidad. La distancia recuerda que el otro no es mera prolongación de mí, que su experiencia no queda agotada en mi eco afectivo y que el hecho de comprenderlo no me autoriza a absorberlo. Gracias a esa distancia, la cercanía no se vuelve violenta. Gracias a la cercanía, la distancia no se vuelve deshumanización. Ambas se corrigen recíprocamente.

Esta reciprocidad permite formular una tesis central:

La empatía no es ni abolición de la distancia ni permanencia en la distancia, sino una forma de proximidad en la que la diferencia entre las interioridades se conserva como condición de una comprensión verdadera.

Ésta es probablemente la mejor forma de condensar todo este apartado. No hay empatía donde la distancia jamás se reduce, porque el otro permanece demasiado lejos para comparecer realmente. Tampoco la hay donde la distancia desaparece del todo, porque el otro deja de aparecer como otro. Sólo hay empatía allí donde la distancia se vuelve habitable, es decir, donde ya no impide

la comprensión y al mismo tiempo sigue protegiéndola de la apropiación.

La importancia práctica de esta idea es inmensa. Permite distinguir entre ayudar y absorber, entre escuchar y colonizar, entre acompañar y perderse, entre comprender y ceder. Permite también entender por qué ciertas relaciones que se creen profundamente empáticas son, en realidad, formas de dependencia, de fusión emocional o de sometimiento recíproco. Y permite reconocer, por el contrario, que cierta sobriedad, cierta forma de límite y cierta capacidad de conservar la propia posición no son defectos de la empatía, sino condiciones de su madurez.

Si se quisiera dejar este apartado en una fórmula final de alta concentración, podría decirse así:

La empatía es cercanía suficiente para que el otro deje de ser objeto y distancia suficiente para que no deje de ser otro.

Con esta fórmula queda cerrada la estructura formal fundamental de la empatía. Ya han sido descritos sus cuatro movimientos: el descentramiento del yo, la apertura a la perspectiva del otro, la conservación de la diferencia entre yo y tú, y el retorno reflexivo al propio juicio. Todo ello converge en una unidad viva: la cercanía con distancia. A partir de aquí el análisis puede avanzar hacia una nueva distinción, indispensable para evitar nuevas confusiones: las distintas formas de empatía. Porque no toda empatía opera del mismo modo, ni toda cercanía comprensiva adopta la misma estructura. Ése será el siguiente paso.

6.1. Empatía cognitiva

La primera forma que debe distinguirse con claridad es la **empatía cognitiva**. El nombre puede sonar frío o incluso engañoso si se lo oye

apresuradamente, como si se tratara de una empatía puramente intelectual, desprovista de todo espesor humano. Pero no ése es el punto. Llamamos aquí empatía cognitiva a la capacidad de comprender la perspectiva del otro: captar cómo interpreta una situación, cómo la organiza mentalmente, qué significado le atribuye, qué ve como amenaza, qué considera humillante, qué entiende como pérdida, qué espera, qué teme y desde qué lógica está reaccionando. No consiste primero en sentir lo que el otro siente, sino en **entender cómo se configura su mundo desde dentro de su punto de vista**.

Esta forma de empatía es decisiva porque permite una distinción muy importante: se puede comprender de manera muy fina la perspectiva de alguien sin compartir su emoción con la misma intensidad, e incluso sin simpatizar especialmente con él. Puedo entender cómo alguien ha llegado a una conclusión, por qué cierta escena le parece ofensiva, qué cadena de interpretaciones lo ha conducido a una reacción defensiva o qué estructura de miedo sostiene su conducta, aun si mi afectación emocional es sobria o limitada. Esto muestra que la empatía no depende exclusivamente de la resonancia afectiva. Hay un modo de acceso al otro que pasa por la inteligibilidad de su perspectiva, no necesariamente por el contagio de su estado emocional.

La empatía cognitiva opera, por tanto, en el plano del **sentido**. Su pregunta básica no es “¿qué estoy sintiendo yo ante tu dolor?”, sino “¿cómo ves tú esto para vivirlo así?”. Y esta pregunta cambia radicalmente la estructura de la relación. En lugar de centrarse en la propia reacción del que escucha, se orienta hacia la arquitectura interior del mundo ajeno. Quiere saber qué conexiones hace el otro, qué recuerdos activa, qué narrativa organiza su experiencia, qué

supuestos operan en su lectura de la situación, qué imagen de sí está en juego y qué tipo de amenaza o pérdida está percibiendo. La empatía cognitiva no es mera curiosidad psicológica; es un esfuerzo de comprensión perspectival.

Esto permite verla con más precisión. No se trata de inferir estados mentales como quien resuelve un problema lógico desde fuera. Tampoco se trata de una descripción clínica del comportamiento. La empatía cognitiva sigue siendo empatía porque su objeto no es sólo un conjunto de datos, sino un mundo vivido. Lo que cambia es el modo de acceso privilegiado. Aquí el acento cae menos en la resonancia afectiva inmediata y más en la reconstrucción del sentido desde el cual la experiencia del otro se vuelve inteligible. El sujeto no se limita a conmoverse; trata de pensar desde la posición del otro sin dejar por ello de ser él mismo.

Por eso esta forma de empatía exige con especial fuerza lo que ya se ha descrito como descentramiento del yo. Mientras permanezco encerrado en mi propia perspectiva, la ajena me parecerá absurda, exagerada, inmadura o simplemente equivocada. Sólo cuando suspendo la identificación automática entre mi mirada y la mirada correcta del mundo empiezo a preguntarme seriamente qué ve el otro que yo no veo, qué presupuestos habitan su lectura, qué historia se activa en él y qué estructura de significación da lugar a su reacción. La empatía cognitiva no elimina el desacuerdo, pero sí impide que el desacuerdo sea puramente ciego.

Esto la vuelve especialmente importante en contextos de conflicto. Cuando hay tensión, resentimiento, herida, disputa o posiciones incompatibles, la resonancia afectiva suele ser difícil. A veces no sentimos espontáneamente compasión por quien está frente a nosotros. A veces incluso sentimos rechazo, irritación o cansancio.

En esos casos, la empatía cognitiva puede seguir funcionando allí donde la afectiva falla. Podemos preguntarnos: ¿cómo se le organiza el mundo para reaccionar así?, ¿qué teme perder?, ¿qué cree que está defendiendo?, ¿qué interpretación de mis actos está haciendo?, ¿desde qué herida o qué concepción de sí mismo se sitúa? Esta comprensión no obliga a coincidir, pero sí puede impedir que el otro quede reducido a caricatura moral.

Ésta es una de sus grandes virtudes. La empatía cognitiva protege contra la simplificación del otro. Nos obliga a reconocer que incluso conductas que juzgamos mal nacen muchas veces de estructuras de sentido comprensibles. Alguien puede estar equivocado, y profundamente equivocado, sin ser por ello un enigma absurdo. Puede reaccionar de manera injusta y, sin embargo, hacerlo desde una lógica interna inteligible. La empatía cognitiva permite captar esa lógica sin convertirla en absolución. Y precisamente por eso es una herramienta tan importante para una crítica justa.

Sin embargo, esta forma de empatía tiene también sus límites y riesgos. El primero es que puede degenerar en una comprensión demasiado fría, demasiado estratégica o demasiado instrumental. Una persona puede aprender a leer muy bien la perspectiva ajena y usar ese conocimiento sin ninguna orientación ética. Puede detectar inseguridades, vulnerabilidades, deseos de aprobación, necesidades de reconocimiento y puntos de quiebre en el mundo del otro, y emplearlos para influir, seducir, manipular o dominar. Esto muestra algo esencial: la empatía cognitiva, por sí sola, no equivale a bondad. Comprender cómo funciona interiormente alguien no obliga todavía a querer su bien.

El segundo riesgo es que esta forma de empatía se vuelva puramente analítica y pierda todo espesor de presencia. Se puede llegar a

entender muy bien la lógica de otro y, sin embargo, no hacerse verdaderamente cargo de que esa lógica está encarnada en una vida sufriente, temerosa o vulnerable. Entonces la perspectiva del otro queda reducida a esquema, no acogida como experiencia real. La empatía cognitiva se convierte en lectura brillante pero deshabitada. Comprende sin cercanía suficiente. Y, aunque siga siendo mejor que la pura indiferencia, ya no alcanza la hondura humana que el concepto exige en su forma más plena.

Hay además un tercer riesgo, más sutil: confundir comprensión con superioridad. Quien domina bien la lectura de perspectivas ajenas puede desarrollar la ilusión de que ya no necesita escuchar mucho, porque "ya sabe" cómo funciona el otro. Esta ilusión es especialmente peligrosa. La empatía cognitiva madura no presume posesión del mundo ajeno; lo explora con humildad. Sabe que puede captar estructuras generales y aun así equivocarse en lo singular. Sabe que comprender un patrón no equivale a comprender a esta persona aquí y ahora en toda la especificidad de su situación. Cuando pierde esa humildad, deja de ser empatía fina y se convierte en psicologismo dominador.

A pesar de estos riesgos, la empatía cognitiva es indispensable. Sin ella, la vida humana quedaría demasiado sometida a la simpatía espontánea o al impacto emocional inmediato. Sólo comprenderíamos bien a quienes nos despiertan afectos próximos o a quienes reaccionan de maneras que ya nos son familiares. Todo lo que se aparta de nuestro umbral afectivo quedaría entonces fácilmente fuera de alcance. La empatía cognitiva ensancha el campo de la comprensión. Permite entrar en perspectivas que no compartimos, en sensibilidades que no son las nuestras, en heridas cuya intensidad no sentimos naturalmente, en reacciones que de

entrada nos desconciertan. Nos educa para una relación menos narcisista con la pluralidad humana.

Por eso tiene una gran importancia en la educación, en la amistad, en la justicia, en la política y en toda forma de convivencia compleja. Un educador necesita comprender qué significa una exigencia para un alumno concreto, desde qué historia la vive, por qué se bloquea o se rebela. Un amigo necesita entender qué ve el otro en una escena para no juzgarlo sólo desde su propia escala. Un juez o un mediador necesitan captar estructuras de sentido ajenas sin quedar absorbidos por ellas. Un ciudadano necesita, al menos en cierto grado, comprender cómo el adversario político organiza su mundo si quiere evitar reducirlo a monstruo o a pura estupidez. En todos estos casos, la empatía cognitiva no resuelve automáticamente los conflictos, pero hace posible una forma más humana y menos degradada de enfrentarlos.

Ahora bien, hay que insistir en algo decisivo: la empatía cognitiva no es mera racionalización del otro. No consiste en construir una explicación desde fuera que reabsorba su mundo en una teoría. Su forma más alta no dice: “ya te expliqué”. Dice más bien: “empiezo a ver desde qué lugar esto significa para ti lo que significa”. Esta diferencia es fundamental. Explicar desde fuera puede humillar. Comprender desde dentro, aunque sea de manera parcial, reconoce alteridad. La empatía cognitiva, cuando es verdadera, no elimina la singularidad del otro bajo un esquema; la hace más inteligible sin cancelarla.

También conviene subrayar que esta forma de empatía puede existir incluso cuando la afectividad está fatigada o empobrecida. Hay momentos de la vida —por cansancio, por saturación, por conflicto acumulado, por repetición del problema— en que uno ya no siente

espontáneamente mucho. La resonancia afectiva se ha debilitado. Y, sin embargo, todavía puede haber una comprensión real de la perspectiva ajena. Esto muestra su importancia práctica. No toda relación humana puede depender siempre de una sensibilidad fresca e inmediata. A veces la forma más responsable de seguir estando cerca consiste en sostener al menos una empatía cognitiva: comprender cómo el otro vive algo aunque ya no se experimente un eco afectivo intenso.

Sin embargo, esta constatación no debe llevar a idealizarla como forma superior absoluta. La empatía cognitiva es necesaria, pero incompleta si queda sola. Puede hacerse demasiado estratégica, demasiado cerebral, demasiado compatible con la manipulación o con una comprensión sin compasión. Su grandeza está en abrir acceso a la perspectiva del otro; su límite está en que esa apertura no incluye por sí misma el impulso a cuidar, aliviar o responder éticamente a lo comprendido. Por eso será necesario, más adelante, distinguirla de otras formas de empatía en las que la dimensión afectiva y la preocupación por el bien del otro tienen un papel más visible.

Pero antes de pasar a esas formas, conviene fijar con nitidez el núcleo de la que aquí se ha expuesto:

La empatía cognitiva es la capacidad de comprender la perspectiva del otro, es decir, el modo en que interpreta y vive una situación desde su propio horizonte de sentido, sin necesidad de reproducir emocionalmente su estado ni de coincidir con su juicio.

Ésta es una forma alta de inteligencia relacional. Permite comprender sin fundirse, entender sin asentir, acercarse sin perder forma. No basta para toda la vida moral, pero es una de sus

condiciones intelectuales más importantes. Donde falta, el otro queda fácilmente reducido a conducta inexplicable o a simple error. Donde existe, la alteridad se vuelve, al menos en parte, pensable.

6.2. Empatía afectiva

Si la empatía cognitiva designa la capacidad de comprender la perspectiva del otro, la **empatía afectiva** nombra otra dimensión distinta, aunque inseparable en muchos casos: la capacidad de ser afectado por la experiencia ajena, de resonar con ella en algún grado, de dejar que el dolor, la alegría, el miedo o la vergüenza del otro despierten en uno una participación emocional real. No se trata aquí, primariamente, de reconstruir una estructura de sentido, sino de experimentar una cierta cercanía sensible con el estado del otro. La pregunta central ya no es sólo "¿cómo ve él esto?", sino también "¿qué ocurre en mí cuando su experiencia comparece?".

Esta forma de empatía es probablemente la que más fácilmente se asocia, en el lenguaje cotidiano, con el término mismo. Cuando se acusa a alguien de "no tener empatía", muchas veces no se está pensando en que sea incapaz de entender una perspectiva ajena en sentido cognitivo, sino en que no parece afectarse, no parece tocarse, no parece experimentar ninguna resonancia humana frente al dolor, el miedo o la fragilidad del otro. La intuición común detecta aquí algo importante: no basta siempre con entender desde fuera; hay una forma de comprensión que sólo parece plenamente humana cuando algo del otro nos alcanza por dentro. La empatía afectiva responde precisamente a esa dimensión.

Sin embargo, esta forma de empatía debe ser pensada con mucho cuidado, porque es tan valiosa como ambigua. Su valor es evidente: humaniza el vínculo, rompe la indiferencia, vuelve más difícil tratar al otro con sequedad instrumental y da espesor encarnado a la

relación con su sufrimiento. Una persona que comprende muy bien el punto de vista de otro pero no es tocada en absoluto por él puede parecer inteligentemente distante, pero difícilmente plenamente humana. Hay algo irrenunciable en el hecho de que el dolor ajeno no nos deje intactos. La empatía afectiva conserva esa verdad.

Pero precisamente porque la conserva, está expuesta a varias deformaciones. Puede volverse contagio, desbordamiento, narcisismo emocional, sustitución del otro por la propia conmoción o incapacidad de conservar límites. Por eso no debe definirse de manera ingenua. La empatía afectiva no consiste en "sentir exactamente lo mismo" que el otro, ni en duplicar dentro de uno su estado, ni en sufrir con idéntica intensidad. Consiste más bien en una **resonancia**: una participación afectiva por la cual la experiencia ajena adquiere en mí un peso emocional real, sin dejar de ser ajena y sin que mi propia reacción ocupe el lugar de la suya.

La palabra "resonancia" es aquí especialmente útil. Una cuerda que resuena con otra no se convierte en la otra. Tampoco permanece totalmente indiferente. Vibra a partir de lo que la otra emite, pero conserva su propio modo de vibración. Del mismo modo, la empatía afectiva no es identidad emocional, sino vibración relacional. Algo del dolor ajeno me duele; algo de su miedo me inquieta; algo de su alegría me eleva; algo de su vergüenza me retrae. Pero esta participación no suprime la distancia entre su vivencia y la mía. Mi tristeza ante tu duelo no es tu duelo. Mi angustia al escuchar tu miedo no es tu miedo. Si esta diferencia se pierde, la resonancia deja de ser empática y se convierte en confusión.

Aquí aparece una distinción decisiva entre **empatía afectiva** y **contagio emocional**. En el contagio, el estado del otro me invade de tal manera que la diferencia entre ambos se debilita o se borra. Yo ya

no sólo resueno con su angustia; quedo absorbido por ella. No sólo percibo su desesperación; me desorganizo con ella. En ese punto, la experiencia ajena ya no está siendo sostenida como ajena. Ha pasado a dominarme sin forma. La empatía afectiva madura, en cambio, conserva un límite interior. Se deja tocar sin dejarse arrastrar. Permite que el otro me alcance, pero no me convierte en mero duplicado desbordado de su estado.

Esta diferencia es crucial porque muchas veces se idealiza el desbordamiento como si fuera prueba de mayor humanidad. Cuanto más intensamente alguien parece sufrir con el otro, más empático se lo juzga. Pero esta medida es engañosa. Una participación emocional muy intensa puede hacer imposible la verdadera presencia. El sujeto queda tan tomado por lo que le provoca el dolor ajeno que ya no puede escucharlo bien, sostenerlo, comprenderlo con precisión ni responder de manera adecuada. En vez de acompañar, multiplica la confusión. La intensidad afectiva no es por sí sola criterio suficiente de calidad empática.

De hecho, hay una forma de pseudoempatía muy extendida que podría llamarse **narcisismo afectivo**. Aparece cuando la emoción que el otro despierta en mí se vuelve tan central que, sin advertirlo, desplazo el foco desde su sufrimiento hacia mi propia conmoción. La escena parece profundamente humana, porque hay lágrimas, temblor, palabras intensas, gran implicación emocional. Pero el centro ya no está en el mundo del otro, sino en la experiencia que yo tengo al estar ante su mundo. El otro deja de ser acompañado y pasa a cargar, además, con mi reacción. Esta deformación es especialmente frecuente en personalidades muy impresionables o muy necesitadas de sentirse buenas a través de su sensibilidad.

Por eso la empatía afectiva exige una forma de disciplina interior. No basta con sentir; hay que saber **cómo sentir frente al otro**. Hay una sensibilidad que abre y una sensibilidad que invade. Hay una afectación que humaniza y una afectación que desorganiza. La primera mantiene la atención dirigida hacia la experiencia ajena y permite que mi emoción acompañe esa atención. La segunda desplaza la escena hacia mí. La primera deja al otro existir. La segunda lo cubre con el volumen de mi propia respuesta.

Esta disciplina no significa frialdad. Significa forma. Una madre que percibe el miedo de un hijo y se deja tocar por él, pero sin convertirse ella misma en pánico, puede sostenerlo mejor. Un médico o terapeuta que registra el sufrimiento ajeno y es humanamente afectado por él, pero sin perder la compostura necesaria, puede acompañar de manera más verdadera que quien se desmorona con cada escena. Un amigo que siente de verdad el dolor del otro, pero no lo obliga a cuidar también su propia conmoción, se vuelve presencia más habitable. La empatía afectiva fecunda no es la más caótica, sino la más encarnada y contenida.

También hay que distinguir la empatía afectiva de la mera **simpatía espontánea**. La simpatía suele nacer con más facilidad hacia quienes nos resultan cercanos, agradables, semejantes o moralmente afines. La empatía afectiva puede coincidir con eso, pero no depende por completo de ello. Se puede ser afectado por el sufrimiento de alguien que no nos cae bien, de alguien con quien estamos en conflicto o incluso de alguien cuya conducta juzgamos severamente. En ese caso, la resonancia no nace de afinidad, sino del reconocimiento sensible de una experiencia humana real. Esto muestra que la empatía afectiva no se reduce a agrado

interpersonal. Puede abrirse incluso allí donde el lazo afectivo espontáneo es débil o negativo.

Ahora bien, esta apertura no se distribuye de manera neutral. Y aquí conviene introducir una limitación importante. La empatía afectiva es selectiva. Resonamos con más facilidad con ciertos dolores que con otros. Nos afectan más algunas historias que otras. Nos toca más intensamente quien se nos parece, quien habla en un lenguaje que comprendemos, quien expresa bien su sufrimiento, quien pertenece a nuestro círculo de cercanía o a nuestro imaginario moral. Esta selectividad no anula la realidad de la empatía afectiva, pero sí muestra que no puede convertirse en criterio único de justicia. Una cultura que identificara el bien con aquello que despierta más resonancia afectiva quedaría a merced de sus sesgos de proximidad, semejanza y visibilidad.

Por eso la empatía afectiva necesita ser acompañada por otras facultades, en especial por la cognitiva y por el juicio moral. La resonancia sensible puede abrir una puerta esencial: hacer que el otro nos importe más allá de la abstracción. Pero no basta para ordenar la respuesta. Puede ser parcial, puede ser engañada por la forma en que alguien narra o dramatiza su dolor, puede intensificarse por razones que tienen más que ver con nuestras propias heridas que con la realidad objetiva de la situación. Sentir mucho por alguien no garantiza ver bien. La empatía afectiva, cuando no está iluminada por la comprensión y por el discernimiento, puede volverse injusta.

También puede ocurrir lo contrario: una persona puede tener poca resonancia emocional espontánea y, sin embargo, comprender muy bien y actuar con gran rectitud hacia el otro. Esto no significa que la dimensión afectiva sea irrelevante, pero sí que no debe

absolutizarse. Hay sujetos más sobrios, menos expresivos, menos impresionables, cuya empatía afectiva es tenue o difícil de exteriorizar. Juzgarlos simplemente como carentes de empatía puede ser un error. La humanidad no siempre adopta formas visibles de temblor emocional. A veces se expresa en una presencia estable, en una escucha serena, en una ayuda concreta, en una firmeza cuidadosa. La empatía afectiva tiene muchas modulaciones.

No obstante, cuando falta por completo o casi por completo, el vínculo con el otro suele empobrecerse. El sujeto puede entender mucho y seguir siendo inquietantemente impermeable. Puede captar perfectamente la estructura del dolor ajeno y no sentir que ese dolor tenga peso humano. Esa combinación produce una forma de inteligencia relacional muy incompleta. Comprende sin participar. Ve sin ser tocada. Reconoce sin dejar comparecer una verdadera afección. La empatía afectiva protege contra esa frialdad. Hace que el otro no sea sólo inteligible, sino también sensible. Nos arranca de la tentación de tratar la interioridad ajena como información.

Desde el punto de vista fenomenológico, esta forma de empatía se manifiesta en el cuerpo. No es sólo “entender con la cabeza” que el otro sufre. Es sentir en el propio cuerpo una cierta contracción, una cierta pena, una cierta inquietud, una cierta elevación, una cierta ternura o pesadumbre al entrar en contacto con su mundo. El tono de la voz cambia, el rostro se modifica, el ritmo de atención se altera. La empatía afectiva recuerda, así, que no somos meras inteligencias desencarnadas. Comprendemos con todo el ser. El dolor ajeno puede habitar nuestros nervios, nuestro gesto, nuestra respiración. Pero, de nuevo, esta encarnación no debe perder forma. Lo

corporalmente resonante no debe apoderarse del lugar de la comprensión ni del juicio.

Esta forma de empatía tiene un papel muy importante en la constitución del cuidado. Muchas veces no ayudamos sólo porque entendemos que alguien lo necesita, sino porque su necesidad nos afecta, porque su vulnerabilidad despierta una respuesta de proximidad, porque no podemos permanecer del todo inmunes a lo que vive. La empatía afectiva crea una presión ética de la presencia. Hace más difícil la indiferencia. Nos mueve hacia el otro. Pero todavía no es compasión en sentido pleno, porque la compasión incluirá no sólo la resonancia, sino una orientación más explícita hacia el bien y el alivio del sufrimiento ajeno. La empatía afectiva prepara ese paso, pero no lo agota.

Podría decirse entonces que la empatía afectiva posee una doble verdad. Por un lado, es una dimensión insustituible de la humanidad relacional. Sin ella, el otro corre el riesgo de quedar reducido a una figura inteligible pero no verdaderamente sentida. Por otro lado, si se la absolutiza o se la deja sin forma, degenera con facilidad en contagio, en narcisismo emocional o en parcialidad ciega. Su fuerza está en tocar; su peligro, en desbordar. Su dignidad está en la resonancia; su límite, en que la resonancia no decide por sí sola ni la verdad ni la justicia.

La formulación más precisa sería ésta:

La empatía afectiva es la capacidad de resonar emocionalmente con la experiencia del otro, dejando que su mundo vivido adquiera un peso sensible en mí, sin que esa resonancia se convierta en contagio desorganizado, apropiación de su dolor o sustitución de su experiencia por mi propia conmoción.

Ésta es su forma madura. No anestesia. No invade. No idolatra la intensidad. No se contenta con estar intacta. Se deja tocar y, al mismo tiempo, conserva suficiente forma como para que la cercanía siga siendo verdaderamente empática.

6.3. Empatía compasiva

Si la empatía cognitiva permite comprender la perspectiva del otro y la empatía afectiva permite resonar con su experiencia, la **empatía compasiva** introduce un tercer momento: la orientación hacia el bien del otro. Ya no se trata sólo de entender cómo vive una situación ni sólo de dejarse afectar por ella, sino de que esa comprensión y esa resonancia se transformen en una disposición a responder de manera cuidadosa, responsable y, cuando es posible, reparadora. La empatía compasiva no se contenta con captar ni con sentir; **quiere hacerse cargo**.

Éste es un punto decisivo, porque marca el tránsito desde la mera inteligibilidad o la mera afección hacia una respuesta ética más plena. Muchas confusiones sobre la empatía nacen precisamente de no distinguir este tercer momento. Se cree que comprender ya equivale a cuidar, o que conmoverse ya equivale a querer el bien del otro. Pero no siempre es así. Una persona puede entender muy bien el sufrimiento ajeno y no mover un dedo. Puede sentirse tocada por él y, sin embargo, retirarse. Puede incluso usar ese conocimiento para manipular con más eficacia. Por eso hace falta esta distinción: **no toda empatía es todavía compasiva**.

La palabra “compasiva” debe ser usada aquí con precisión. No se refiere a lástima blanda, ni a sentimentalismo, ni a una benevolencia difusa sin estructura. Tampoco designa un simple “pobrecito” que contempla el dolor ajeno desde arriba. La compasión, entendida en sentido fuerte, es una forma de participación ética en la

vulnerabilidad del otro: reconoce su sufrimiento, lo toma en serio y se orienta, de un modo u otro, a no abandonarlo dentro de él. No siempre podrá aliviarlo materialmente. No siempre sabrá qué hacer. Pero ya no se limita a constatar o a resonar. Se deja interpelar de tal modo que surge en ella una pregunta práctica: **¿qué requiere aquí el bien del otro?**

Esa pregunta transforma radicalmente la estructura de la empatía. Mientras la empatía cognitiva pregunta "¿cómo ve esto?" y la afectiva "¿qué despierta esto en mí al entrar en contacto con su experiencia?", la compasiva pregunta además: "¿cómo debo situarme yo ante esto para no fallar humanamente?" La comprensión deja de ser sólo apertura al mundo ajeno y se vuelve responsabilidad incipiente frente a él. Aquí la empatía adquiere una densidad ética más alta. No porque antes fuera irrelevante moralmente, sino porque ahora comienza a traducirse en orientación práctica.

Esta orientación puede adoptar formas muy distintas. A veces será consuelo. A veces, protección. A veces, escucha paciente. A veces, una ayuda concreta. A veces, el simple hecho de no abandonar. A veces, una corrección firme que impide al otro seguir dañándose. A veces, guardar silencio y sostener presencia. A veces, poner un límite para no colaborar con su degradación. Lo importante es comprender que la compasión no equivale siempre a suavidad inmediata. Su criterio no es hacer sentir mejor en el instante, sino buscar —con toda la prudencia y falibilidad del caso— aquello que realmente favorece el bien del otro en su situación concreta.

Por eso la empatía compasiva exige una gran madurez. Si se la redujera al deseo espontáneo de aliviar todo malestar, podría volverse indulgente, complaciente o incapaz de sostener verdad.

Pero la compasión madura no idolatra el alivio inmediato. Sabe que hay sufrimientos que no pueden evitarse sin empobrecer la vida moral y que hay dolores que, aunque reales, no deben ser tratados de un modo que refuerce la confusión, la dependencia o la irresponsabilidad. La pregunta compasiva no es simplemente "¿cómo quito este dolor ya?", sino "¿qué respuesta honra mejor la dignidad y el bien de esta persona aquí?"

Esta diferencia es fundamental. Hay formas aparentes de compasión que en realidad no buscan el bien del otro, sino la reducción de la propia incomodidad ante su dolor. El sujeto no soporta verlo sufrir y, para aliviarse a sí mismo, ofrece consuelo prematuro, retira una exigencia necesaria, evita una verdad importante o cede donde debería sostener un límite. Eso puede parecer muy humano, pero no siempre lo es. A veces es sólo una economía afectiva del que acompaña. La empatía compasiva verdadera no está gobernada por la urgencia de calmar la escena, sino por la pregunta más difícil por el bien real del otro.

Aquí aparece con especial claridad la diferencia entre compasión y piedad. La piedad puede mirar desde arriba: ve fragilidad, desgracia, caída, debilidad. La compasión bien entendida, en cambio, no se sitúa por encima del otro, sino junto a él, sin negar por ello la asimetría que la situación pueda exigir. No dice "pobrecito" en tono de superioridad moral. Dice, más bien: "tu sufrimiento me concierne de un modo que me obliga a responder sin degradarte". Esta diferencia es decisiva, porque una gran parte del descrédito moderno de la compasión nace de haberla confundido con una piedad humillante o paternalista. Pero la empatía compasiva, en su forma más alta, no rebaja al otro; protege su condición de sujeto incluso en la fragilidad.

También hay que distinguirla cuidadosamente de la mera **bondad afectiva**. Hay personas que reaccionan con ternura inmediata ante el dolor ajeno, que quieren ayudar, contener, suavizar y hacer sentir mejor. Todo eso puede ser valioso. Pero si no está gobernado por discernimiento, puede convertirse en una forma de ayuda ciega. La compasión madura no es sólo una inclinación cálida; es una inclinación orientada. Y para orientarse necesita integrar la comprensión cognitiva y la resonancia afectiva en una respuesta práctica lúcida. Por eso la empatía compasiva no reemplaza a las otras formas; las supone y las supera en una síntesis más alta.

Podría decirse, en este sentido, que la empatía compasiva es la forma en que la empatía empieza a volverse explícitamente ética. Comprender al otro ya era moralmente importante. Resonarlo, también. Pero aquí aparece algo nuevo: la voluntad de no permanecer neutral frente a lo comprendido. El otro deja de ser sólo alguien que aparece en mi conciencia y se convierte en alguien ante quien tengo, al menos en cierto grado, una responsabilidad. No una responsabilidad infinita e indistinta hacia cualquiera en todo momento, pero sí una responsabilidad situada: la de no traicionar la humanidad que he reconocido.

Esta responsabilidad no es simple deber abstracto. Nace del contacto con la vulnerabilidad ajena. Es una respuesta a la comparecencia del otro como alguien que puede ser herido, abandonado, sostenido, ayudado, orientado o dejado caer. La empatía compasiva traduce ese reconocimiento en disposición a la acción o a la presencia significativa. No toda compasión actuará del mismo modo, pero toda compasión verdadera se distingue por esto: no deja intacta la posición del sujeto frente al dolor del otro. Algo en él ya no puede seguir igual después de haber comprendido.

Ahora bien, precisamente porque esta forma de empatía se acerca mucho al núcleo de la vida moral, también está expuesta a idealizaciones y abusos. Uno de ellos es la figura de la **compasión omnipotente**. El sujeto cree que debe aliviar, reparar o salvar al otro siempre y por completo. Ya no distingue entre acompañar y cargar con todo, entre cuidar y sustituir, entre ayudar y ocupar el lugar de la responsabilidad ajena. Esta deformación suele ir acompañada de culpa excesiva, agotamiento y, a veces, control encubierto. Quien quiere "hacer el bien" al otro puede terminar invadiéndolo, infantilizándolo o usándolo inconscientemente para sostener una imagen de sí mismo como salvador. La compasión madura debe resistir esta tentación.

Otra deformación es la **compasión complaciente**. Aquí el deseo de aliviar se vuelve tan dominante que el sujeto ya no puede contradecir, frustrar ni corregir. Toda resistencia le parece crueldad. Toda exigencia, dureza. Toda verdad incómoda, una traición al sufrimiento del otro. Pero una compasión así termina siendo moralmente débil. Puede ofrecer mucho calor y poca forma. Puede abrazar, pero no orientar. Puede comprender, pero no proteger realmente del autoengaño o del daño. Querer el bien del otro exige a veces una compasión capaz de herir sin humillar, de negar sin abandonar y de sostener una verdad que no alivia de inmediato.

Hay además una deformación muy contemporánea: la **compasión reputacional**. El sujeto no responde al sufrimiento ajeno sólo por el otro, sino también por la imagen moral que obtiene al hacerlo. Ser compasivo se vuelve una forma de capital simbólico. Importa ser visto como alguien sensible, cuidadoso, solidario, incapaz de dureza. En estos casos, el gesto compasivo puede estar exteriormente muy logrado, pero interiormente orientado de manera

ambigua. La acción se hace menos por el bien del otro que por la necesidad de sostener una identidad moralmente valiosa. Esta mezcla puede existir en grados muy sutiles y exige mucha honestidad interior para ser reconocida.

Frente a todas estas deformaciones, conviene recordar el núcleo exacto de la empatía compasiva: **querer responder al sufrimiento del otro de un modo que haga justicia a su dignidad y a su bien, no sólo a su malestar inmediato ni a mi necesidad de sentirme bueno**. Esta fórmula contiene toda la exigencia. El bien del otro no siempre coincide con lo que lo calma ahora. La dignidad del otro no siempre es servida por la protección absoluta. Y mi propia emoción ante su fragilidad no debe convertirse en criterio final. La compasión madura es exigente porque ama la vulnerabilidad ajena sin idolatrarla.

Esta forma de empatía tiene un papel especialmente alto en los vínculos donde el otro se encuentra en situación de dependencia, herida profunda o fragilidad manifiesta. Pienso en la crianza, en la educación, en el cuidado de enfermos, en la amistad verdadera, en ciertos momentos de la pareja, en la clínica, en el acompañamiento del duelo, en la presencia ante el fracaso o la vergüenza. En todos estos casos, limitarse a comprender o a resonar no basta. El otro necesita una respuesta que no sea meramente contemplativa. Pero justamente por eso la compasión debe ser pensada con más rigor y no con menos. Cuanto más necesaria es, más peligrosa se vuelve si se confunde con blandura, con absorción o con paternalismo.

También en la vida pública esta distinción es importante. Una sociedad puede desarrollar gran sensibilidad hacia el sufrimiento visible y, sin embargo, responder de maneras equivocadas si no sabe ordenar compasión, justicia y responsabilidad. La compasión sin

estructura puede favorecer decisiones movidas por impacto emocional inmediato, sin atención suficiente a efectos más amplios, a principios o a responsabilidades distribuidas. Pero una política sin compasión se vuelve brutal. De nuevo, el problema no es elegir entre una y otra, sino integrarlas bien. La empatía compasiva recuerda que el otro duele; la justicia recuerda que no basta con sentir ese dolor para ordenar correctamente la respuesta común.

Hay que insistir, por último, en algo esencial: la empatía compasiva no exige siempre poder resolver el sufrimiento del otro. A veces sólo podrá acompañarlo. Y acompañarlo ya es mucho, si se hace bien. No todo bien consiste en eliminar el mal. Hay veces en que el bien posible consiste en no dejar solo, en hacer llevadera una carga, en sostener una presencia fiel, en impedir que el otro caiga en la intemperie total de la incomprensión. La compasión madura conoce este límite. No se vuelve omnipotente ni desespera por no poder salvar. Sabe que la respuesta ética más alta puede consistir, a veces, en una cercanía firme y humilde.

Podría condensarse así la definición:

La empatía compasiva es la forma de empatía en la que la comprensión de la perspectiva ajena y la resonancia con su experiencia se transforman en una disposición a responder en favor del bien del otro, sin reducir ese bien al alivio inmediato, sin invadir su responsabilidad y sin degradar su dignidad.

Ésta es, en cierto sentido, la forma más plenamente ética de la empatía. Pero precisamente por estar tan cerca del bien, también debe ser pensada con más vigilancia. Si no, se pervierte en piedad humillante, en salvacionismo, en complacencia o en sentimentalismo protector.

6.4. Resonancia, interpretación y presencia

Las tres formas de empatía que se han distinguido —cognitiva, afectiva y compasiva— no deben ser entendidas como compartimentos rígidos. En la vida real suelen entrelazarse. Sin embargo, para comprender bien su articulación es necesario identificar tres operaciones fundamentales que atraviesan toda experiencia empática y que permiten explicar por qué una forma puede enriquecerse o deformarse según predomine una u otra: **la resonancia, la interpretación y la presencia**.

La **resonancia** pertenece al plano afectivo. Es el hecho de que la experiencia ajena despierte en mí una vibración emocional real. El otro no me deja intacto. Su dolor pesa, su alegría eleva, su miedo inquieta, su vergüenza contrae, su esperanza contagia algo de su impulso. La resonancia es importante porque rompe la indiferencia y hace que el otro no quede reducido a objeto de análisis. Sin alguna forma de resonancia, la relación empática corre el riesgo de volverse excesivamente cerebral, descriptiva o técnica. El sujeto entiende, pero no acompaña verdaderamente desde dentro. Sin embargo, la resonancia no basta. Puede ser intensa y, aun así, ciega. Puede estar llena de buena intención y, sin embargo, desorganizarse o apropiarse del centro de la escena.

La **interpretación** pertenece al plano del sentido. No basta con sentir que algo del otro me toca; necesito comprender qué significa lo que vive, cómo se articula su mundo, desde qué historia o herida se organiza su perspectiva. Interpretar no significa aquí construir arbitrariamente una teoría sobre el otro, sino intentar captar la lógica interna de su vivencia. Toda empatía real, incluso la más afectiva, contiene algún grado de interpretación. Si veo a alguien llorar, no sólo registro lágrimas; interpreto pérdida, humillación, agotamiento,

alivio, desesperación o una mezcla de varios sentidos posibles. La interpretación es inseparable de la comprensión. Pero tampoco basta por sí sola. Puede volverse excesiva, segura de sí, dominadora. Puede creer que ya sabe demasiado. Puede sustituir la escucha por el esquema.

La tercera operación es la **presencia**. Y ésta es, en cierto sentido, la más difícil de definir y quizá la más decisiva para que la empatía no quede reducida ni a emoción ni a explicación. Presencia significa estar ante el otro de un modo tal que su experiencia pueda comparecer sin ser negada, colonizada o abandonada. No es simple proximidad física. Tampoco es sólo atención intelectual. Es una forma de disponibilidad encarnada y sostenida. La presencia hace posible que la resonancia no se vuelva desbordamiento y que la interpretación no se vuelva violencia cognitiva. En la presencia, el otro encuentra no sólo a alguien que siente o entiende algo de él, sino a alguien que permanece. Y permanecer es una forma altísima de humanidad.

Estas tres operaciones se necesitan mutuamente. La resonancia sin interpretación puede degradarse en contagio, sentimentalismo o narcisismo afectivo. Se siente mucho, pero se entiende poco. La interpretación sin resonancia puede volverse fría, estratégica o demasiado externa. Se entiende bastante, pero no se deja que el otro importe realmente. La presencia sin resonancia ni interpretación puede convertirse en mera compañía muda, quizás cálida, pero insuficiente cuando la situación exige comprender y responder con más densidad. La empatía fuerte exige una articulación de las tres: que algo del otro me toque, que ese algo se vuelva inteligible y que yo pueda permanecer ante ello sin huir, sin invadir y sin dissolverme.

La resonancia es la respuesta a la pregunta: **¿el otro me afecta realmente?**
La interpretación responde a otra: **¿entiendo qué significa para él lo que vive?**
La presencia responde a una tercera: **¿puedo estar ahí de un modo humano y habitable mientras eso comparece?**

Cuando estas tres dimensiones se integran bien, la empatía adquiere una forma particularmente fecunda. El otro no queda ni como objeto de análisis ni como detonante de mi caos emocional. Queda como alguien cuya experiencia me importa, cuya perspectiva intento entender y ante cuya vulnerabilidad o complejidad puedo permanecer de un modo que no lo deje solo ni lo invada. Esta integración es rara porque exige madurez en varios planos a la vez. Muchas personas resuenan mucho pero interpretan mal. Otras interpretan bien pero no saben estar presentes. Otras permanecen al lado, pero sin suficiente resonancia ni comprensión. La empatía lograda une las tres.

Aquí se hace visible una verdad muy importante: la empatía no es sólo una facultad, sino también un **estilo de presencia ante la alteridad**. No consiste en poseer una cierta cantidad de sensibilidad o de capacidad mental. Consiste en saber usar esas capacidades dentro de una relación concreta, con medida, límite y orientación. La resonancia debe ser suficiente para que el otro no sea abstracto. La interpretación debe ser suficiente para que no sea un misterio caótico o un mero espejo. La presencia debe ser suficiente para que la comprensión y la afección no se evaporen en palabras o en estados interiores sin forma relacional.

Esta articulación puede verse con claridad en el acompañamiento del sufrimiento. Una persona puede sufrir y encontrar a alguien que

se conmueve mucho, pero se derrumba junto a ella; ahí hay resonancia sin presencia suficiente. Puede encontrar a alguien que entiende muy bien lo que le pasa, lo formula con precisión admirable, pero permanece frío y poco disponible; ahí hay interpretación sin resonancia encarnada. Puede encontrar a alguien que se queda a su lado, la escucha, no huye, pero no logra captar qué está realmente en juego; ahí hay presencia sin comprensión suficiente. Lo más difícil es encontrar a quien reúne las tres dimensiones: alguien que se deja tocar, entiende con alguna profundidad y permanece sin invadir ni desaparecer. Ése es uno de los rostros más altos de la empatía.

También en el conflicto esta tríada resulta decisiva. La resonancia impide que el otro sea reducido a enemigo abstracto. La interpretación permite comprender la lógica de su posición. La presencia hace posible que el vínculo no sea roto por completo antes de que la verdad y la diferencia hayan sido trabajadas. Sin resonancia, el conflicto se endurece. Sin interpretación, se caricaturiza. Sin presencia, se vuelve puro choque o retirada. La empatía, en su forma más madura, no elimina el conflicto, pero lo habita de otra manera.

Ahora bien, estas tres operaciones no se distribuyen de forma idéntica en todos los sujetos ni en todas las situaciones. Hay personas más inclinadas a la resonancia, otras a la interpretación, otras a la presencia estable. También hay contextos en los que una dimensión debe predominar provisionalmente sobre otra. En una crisis aguda, quizá la presencia sea lo primero. En una confusión prolongada, la interpretación puede volverse central. En una relación endurecida, la resonancia puede ser la puerta que falta. No

hay una mecánica fija. Lo importante es no absolutizar una sola dimensión hasta el punto de creer que ella basta por sí misma.

De hecho, una de las causas más comunes de los fracasos empáticos es precisamente esta absolutización. Hay quienes creen que empatizar es, ante todo, sentir mucho. Entonces la resonancia devora a la interpretación y a la presencia. Hay quienes creen que empatizar es entender. Entonces la interpretación domina y todo se enfría. Hay quienes creen que basta con "estar". Entonces la presencia se vacía de lucidez y de profundidad comprensiva. La empatía requiere el ajuste de las tres, no el culto unilateral de una de ellas.

Este ajuste es particularmente importante porque la vida humana no presenta situaciones puras. El otro puede estar confuso, defensivo, exagerado, herido, necesitado de consuelo, incapaz aún de ver su propia parte de responsabilidad. Si yo sólo resueno, puedo quedar arrastrado. Si sólo interpreto, puedo volverme invasivo. Si sólo permanezco, puedo resultar insuficiente. La empatía adulta sabe moverse entre estos registros. A veces contiene más de una presencia silenciosa. A veces más de una elucidación cuidadosa. A veces más de una participación afectiva visible. Pero nunca pierde del todo el equilibrio de fondo.

Podría decirse, entonces, que la empatía madura no es mera suma de sensibilidad, inteligencia y cuidado, sino una **composición viva** de resonancia, interpretación y presencia. La resonancia aporta calor humano. La interpretación aporta sentido. La presencia aporta estabilidad relacional. Sin calor, el otro se enfría en abstracción. Sin sentido, se pierde en confusión. Sin estabilidad, queda abandonado o invadido. La empatía fuerte evita esas tres carencias a la vez.

Conviene añadir algo más. La presencia tiene una función especial porque corrige tanto a la resonancia como a la interpretación. Corrige a la resonancia porque le impide convertirse en puro temblor egocentrado: me obliga a seguir estando ahí para el otro y no sólo dentro de mi propia emoción. Corrige a la interpretación porque le impide convertirse en puro discurso explicativo: me recuerda que el otro no es un problema a resolver, sino alguien ante quien permanezco. La presencia vuelve relacionales tanto el sentir como el entender. Les da cuerpo ético.

Si hubiera que condensar todo este apartado en una sola fórmula, podría decirse:

La empatía madura articula resonancia suficiente para que el otro importe, interpretación suficiente para que el otro sea comprendido y presencia suficiente para que el otro no quede ni abandonado ni absorbido.

Ésta es una de las mejores descripciones de su dinámica interna. Gracias a ella puede verse que la empatía no es una sola cosa simple, sino una coordinación delicada de movimientos distintos que se corrigen y sostienen entre sí.

Con esto queda preparada la última cuestión de este capítulo: cuándo una forma de empatía corrige a otra y cuándo, por el contrario, la deforma. Porque el problema no es sólo distinguir formas, sino entender cómo pueden desordenarse o equilibrarse mutuamente. Ése será el siguiente paso.

6.5. Cuándo una forma corrige o deforma a otra

Distinguir entre empatía cognitiva, afectiva y compasiva sería un ejercicio incompleto si no se mostrara ahora algo decisivo: estas

formas no sólo coexisten, sino que **pueden corregirse mutuamente o deformarse mutuamente**. No basta con saber que existen varias dimensiones del fenómeno. Hay que entender cómo se relacionan en la práctica. Porque en la vida real rara vez aparecen aisladas. Lo que importa no es sólo cuál está presente, sino **qué lugar ocupa respecto de las otras**. Una forma puede enriquecer a otra, darle su falta, compensar sus excesos. Pero también puede invadirla, absolutizarse y convertirla en una caricatura. La madurez empática no depende de poseer "más" de una sola forma, sino de la justa composición entre ellas.

La primera gran corrección necesaria es la que la empatía cognitiva ejerce sobre la afectiva. La resonancia emocional, por sí sola, puede ser muy intensa y, sin embargo, muy poco fina. Puede responder al volumen visible del dolor sin comprender su estructura. Puede sentir mucho ante quien narra bien, ante quien se parece a nosotros o ante quien activa heridas propias, y seguir siendo casi ciega frente a otros modos de sufrimiento menos expresivos o menos familiares. La comprensión cognitiva corrige esta ceguera porque pregunta por la lógica de la experiencia, por su contexto, por su sentido y por su verdad parcial o total. Le dice a la emoción: "no basta con que te conmuevas; tienes que entender qué estás viendo y desde dónde lo estás viendo". Sin esta corrección, la empatía afectiva se vuelve inestable, selectiva y fácilmente manipulable.

Pero la relación inversa es igualmente necesaria. La empatía afectiva corrige a la cognitiva cuando ésta corre el riesgo de enfriarse demasiado. Una comprensión puramente perspectival puede volverse demasiado limpia, demasiado estratégica, demasiado capaz de explicar sin dejar que el otro importe verdaderamente. Puede entender la estructura del miedo ajeno, la lógica del

resentimiento o la organización de una vergüenza y, sin embargo, permanecer interiormente casi intacta. Entonces el otro se vuelve inteligible, pero no pesa. La afectividad corrige esta sequedad porque devuelve gravedad humana a lo comprendido. Le recuerda al entendimiento que no trata con esquemas, sino con vidas. Le impide transformar la alteridad en objeto brillante de interpretación. Sin alguna resonancia, la empatía cognitiva puede volverse exacta pero pobre.

Esta primera corrección mutua ya muestra una ley importante: **la comprensión necesita calor y el calor necesita forma**. El calor sin forma se dispersa. La forma sin calor se endurece. La empatía madura no es la suma mecánica de ambas cosas, sino su integración viva. Allí donde esta integración falta, las deformaciones aparecen con rapidez.

Una segunda corrección decisiva es la que la empatía compasiva ejerce sobre las otras dos. Tanto la cognitiva como la afectiva pueden quedarse en el plano de la comprensión o de la resonancia sin traducirse en verdadera responsabilidad. Puedo entender y no moverme. Puedo sentir y no responder. Puedo incluso hacer de mi comprensión o de mi emoción una experiencia autorreferencial: comprender me hace sentir inteligente; conmoverme, noble. La compasión corta ese narcisismo posible porque desplaza la pregunta hacia el bien del otro. Ya no basta con captar ni con vibrar. Hay que preguntarse: "¿qué requiere de mí esta comprensión?, ¿qué forma de presencia, de ayuda, de límite, de palabra o de silencio hace justicia a esta persona?" La compasión corrige así la tentación contemplativa de las otras formas. Les recuerda que el otro no es sólo alguien para ser comprendido, sino también alguien ante quien uno puede quedar moralmente implicado.

Sin embargo, la compasión también necesita corrección. Si se emancipa de la comprensión cognitiva, puede volverse ciega. Quiere aliviar, pero no entiende bien qué ocurre. Confunde ayuda con solución inmediata, cuidado con protección excesiva, bien del otro con calma emocional del momento. Puede reforzar dependencias, consolidar autoengaños o impedir aprendizajes necesarios. La empatía cognitiva la obliga entonces a pensar mejor lo que hace. Le recuerda que no todo sufrimiento indica la misma necesidad, que no toda herida debe ser tratada del mismo modo y que el bien ajeno requiere discernimiento. La compasión sin comprensión lúcida suele ser bienintencionada y torpe.

También la empatía afectiva corrige a la compasiva cuando ésta se endurece en deber abstracto. A veces alguien quiere "hacer el bien" al otro, pero de un modo demasiado normativo, funcional o exterior. Sabe, o cree saber, qué conviene, qué es sano, qué respuesta sería adecuada. Pero si esa orientación al bien pierde contacto con la resonancia real hacia la vulnerabilidad ajena, puede convertirse en una forma severa de beneficencia sin verdadero tacto. La afectividad le recuerda a la compasión que el bien no debe ser administrado como si el otro fuera un caso. Debe ser ofrecido desde una cercanía sensible que no olvide el peso singular de lo que la persona vive. Sin esta corrección, la compasión puede volverse paternalista.

Podría decirse, por tanto, que cada forma guarda a las otras de un peligro específico. La cognitiva protege contra la confusión y la ingenuidad. La afectiva protege contra la frialdad y la desrealización del otro. La compasiva protege contra el narcisismo contemplativo y la neutralidad moral. Cuando trabajan bien juntas, la empatía gana precisión, calor y orientación. Cuando se separan o una de ellas domina de manera unilateral, aparecen las patologías.

La primera gran deformación ocurre cuando la empatía afectiva domina casi por completo a las otras. Entonces el criterio principal se vuelve la intensidad del impacto emocional. Se comprende poco, se distingue poco, se juzga mal, pero se siente mucho. Todo queda sometido a la fuerza del contagio o de la impresión. En este régimen, el otro que sufre más visiblemente o que despierta mayor identificación recibe automáticamente la mayor atención moral. La compasión se vuelve precipitada y la comprensión, secundaria. Esta deformación produce relaciones volátiles, sesgadas y muy vulnerables a la manipulación afectiva. La persona cree estar siendo profundamente humana porque se conmueve mucho, cuando en realidad está respondiendo más a la fuerza de ciertos estímulos que a la verdad de las situaciones.

La segunda deformación aparece cuando domina la empatía cognitiva sin suficiente afectividad ni compasión. Entonces el otro es comprendido como estructura de sentido, como patrón relacional, como caso interiormente inteligible, pero sin verdadera participación ni cuidado. El sujeto se vuelve muy hábil para explicar, anticipar, leer motivaciones y decodificar vulnerabilidades. Puede incluso volverse admirablemente perspicaz. Pero esa perspicacia corre el riesgo de desligarse del bien. Puede volverse analítica, estratégica o sutilmente superior. El otro es visto con mucha claridad y con poca misericordia. Esta deformación es especialmente peligrosa porque puede parecer gran madurez cuando en realidad es una forma elegante de distancia. Comprende, sí, pero no acompaña de verdad.

La tercera deformación aparece cuando domina la compasión sin suficiente estructura cognitiva ni suficiente límite afectivo. Entonces toda la energía se dirige a aliviar, sostener, proteger o salvar, pero sin

comprender con precisión ni conservar forma. El dolor del otro se vuelve centro absoluto, y la respuesta tiende a ser inmediata, protectora y a veces invasiva. Se ayuda demasiado pronto, se perdona demasiado pronto, se explica demasiado poco, se corrige demasiado tarde o nunca. El bien del otro se confunde con su no-malestar. Esta deformación produce vínculos asimétricos, agotamiento de quien ayuda y, en no pocos casos, una prolongación inconsciente de la fragilidad que pretendía aliviar. La compasión sin estructura puede herir por exceso de protección tanto como otras formas hieren por dureza.

Hay además deformaciones mixtas. Una de las más frecuentes es la alianza entre afectividad intensa y compasión precipitada contra la mediación cognitiva. Aquí el sujeto siente mucho y quiere ayudar mucho, pero no entiende bien. Tiende a tomar partido con rapidez, a validar sin distinguir, a solidarizarse sin examinar y a leer toda resistencia crítica como falta de humanidad. Es una forma muy típica de moral sentimental. Otra deformación frecuente es la alianza entre cognición aguda y compasión débil, donde el sujeto entiende muchísimo, pero se permite una especie de frialdad justificada: como ya comprende, cree no deber nada más. Una tercera deformación mezcla afectividad intensa con cognición instrumental: se siente y se entiende, pero todo ello se pone al servicio de influir, controlar o dominar. Esta última es especialmente peligrosa porque puede imitar muy bien la apariencia de una gran empatía.

La cuestión de fondo, entonces, no es cuál forma es “mejor” en abstracto. La pregunta correcta es otra: **qué necesita corregir cada una y qué exceso necesita recibir límite de las otras**. La empatía cognitiva necesita no olvidar que la alteridad no es sólo

interpretable, sino también sufriente y digna de cuidado. La afectiva necesita no confundir intensidad con verdad ni conmoción con comprensión. La compasiva necesita no reducir el bien del otro a alivio ni la ayuda a sustitución. Cada una tiene un don y un peligro. Cada una ilumina algo y puede oscurecer algo.

Esta ley vale también para la formación personal. Hay sujetos naturalmente más capaces de comprender perspectivas, pero poco movedizos afectivamente. Hay otros muy sensibles, pero poco claros. Hay otros muy dados al cuidado, pero con escasa capacidad de distinguir cuándo ayudan bien y cuándo ayudan mal. Educar la empatía no debería consistir en intensificar sin más la tendencia dominante, sino en compensarla. Al demasiado analítico habría que enseñarle a dejarse tocar sin perder forma. Al demasiado impresionable, a pensar mejor lo que siente. Al demasiado salvador, a soportar límites, tiempos y responsabilidades ajenas sin ocuparlo todo. La formación empática es una tarea de equilibrio.

Esto es especialmente importante porque la cultura contemporánea tiende a valorar unas deformaciones más que otras. Suele celebrar la sensibilidad visible, la emoción rápida y la disponibilidad a validar, mientras sospecha de la distancia cognitiva o de la reserva reflexiva. Pero una cultura verdaderamente madura tendría que aprender a reconocer algo más difícil: que la forma superior de empatía no es la más emotiva, sino la mejor integrada. No la que más siente sin más, sino la que siente, entiende y responde sin perder ni verdad ni respeto por la alteridad.

También en las relaciones concretas esta integración es decisiva. En la amistad, por ejemplo, la resonancia afectiva hace que el dolor del otro importe de verdad; la comprensión cognitiva permite no deformar ese dolor por simple identificación; la compasión orienta

la respuesta hacia su bien real. En la pareja, la falta de una de estas dimensiones suele producir problemas muy visibles: sin afectividad, la relación se vuelve seca; sin comprensión, se llena de malentendidos y proyecciones; sin compasión, el conflicto se vuelve lucha por la propia herida más que cuidado del vínculo. En la crianza, la afectividad sin comprensión genera protección ciega; la comprensión sin afecto genera distancia disciplinaria; la compasión sin límites genera incapacidad de formar. En todos estos casos, una forma debe corregir a la otra para que el vínculo no se desordene.

Podría formularse ya una regla general:

Una forma de empatía corrige a otra cuando le aporta lo que le falta sin destruir su don; la deforma cuando la invade hasta convertir su límite en principio dominante.

La empatía cognitiva corrige a la afectiva cuando la hace más verdadera, pero la deforma si la enfría hasta volverla cálculo. La afectiva corrige a la cognitiva cuando le devuelve humanidad, pero la deforma si la arrastra al contagio o a la parcialidad. La compasiva corrige a ambas cuando les da orientación ética, pero las deforma si convierte toda comprensión en salvacionismo o indulgencia. Ésta es la arquitectura interna de su equilibrio.

Hay una consecuencia importante de todo esto: la empatía madura no puede ser medida sólo por su intensidad ni sólo por su precisión ni sólo por su bondad aparente. Debe ser evaluada por su composición. Hay empatías muy intensas y muy malas. Hay empatías muy lúcidas y muy frías. Hay empatías muy compasivas y muy torpes. La forma alta es más sobria y más exigente. Siente lo suficiente, entiende lo suficiente y cuida de un modo suficientemente justo. No es perfecta, porque el fenómeno humano

nunca lo es, pero tiende a un equilibrio que evita las caídas más típicas.

Esta idea permite también comprender algo muy importante para el resto del libro: que la empatía no debe ser pensada como una facultad autosuficiente, sino como una realidad frágil que necesita integración con otras virtudes y funciones del espíritu. Ya aquí se ve que, incluso dentro de sí misma, depende del orden de sus componentes. Más adelante se verá que también necesita verdad, justicia, prudencia y amor para no deformarse. Pero el trabajo empieza ya en su interior: aprender a reconocer cuándo una forma corrige y cuándo invade.

Podría cerrarse este apartado con una formulación condensada:

La empatía madura no consiste en la supremacía de una sola de sus formas, sino en la articulación de comprensión perspectival, resonancia afectiva y orientación compasiva, de tal modo que cada una corrija los excesos y carencias de las otras sin anular su verdad propia.

Con esto queda concluido el análisis de las formas principales de la empatía. Ya se ha mostrado que no es una realidad simple, que su estructura exige una cercanía con distancia y que sus modos de operación deben mantenerse en equilibrio para no degenerar. A partir de aquí el libro puede dar un paso decisivo hacia mayor profundidad filosófica: situar la empatía en el problema más radical del otro como otro, es decir, en la cuestión de la alteridad misma.

PARTE III

LA EMPATÍA EN LA FILOSOFÍA DE LA ALTERIDAD

CAPÍTULO 7.

EL OTRO COMO PROBLEMA FILOSÓFICO

7.1. El escándalo del solipsismo

Toda reflexión filosófica seria sobre la empatía acaba desembocando en un problema más radical que ella misma. Antes de preguntar cómo comprendemos al otro, hay que preguntar por qué el otro constituye, para la conciencia, un problema tan profundo. Y aquí aparece una de las cuestiones más inquietantes de la filosofía moderna: el **solipsismo**.

Llamamos solipsismo, en su forma más fuerte, a la posición según la cual sólo la propia conciencia me es dada con evidencia inmediata, mientras que la existencia de otras conciencias queda radicalmente en duda, o al menos no puede ser conocida con la misma certeza. Más allá de sus formulaciones extremas, lo decisivo no es sólo la tesis abstracta, sino el escándalo que revela: que el otro, siendo para nosotros tan obvio en la vida cotidiana, se vuelve filosóficamente problemático en cuanto intentamos justificar cómo lo conocemos. Yo tengo acceso directo a mis vivencias. Siento mi dolor, pienso mis pensamientos, padezco mis temores, recuerdo mis recuerdos. Pero ¿qué ocurre con el dolor del otro, con sus pensamientos, con su miedo, con su memoria? No me son dados del mismo modo. Y ahí se abre una grieta.

Esta grieta es el escándalo del solipsismo. Escándalo no porque todos los seres humanos sean en la práctica solipsistas, sino porque la filosofía descubre aquí una asimetría difícil de negar: mi conciencia me es presente desde dentro; la del otro no. Yo no vivo su vida en primera persona. No habito su sentir como habito el mío. Veo su cuerpo, escucho sus palabras, percibo sus gestos, recibo sus

relatos. Pero nada de eso parece equivaler, al menos en un primer análisis, a la inmediatez con que me es dada mi propia interioridad. El otro aparece así como una presencia paradójica: evidentemente humano y, sin embargo, filosóficamente difícil de fundamentar como sujeto.

Éste es el problema de fondo. El otro no es sólo "alguien más" en el mundo. Es, para la filosofía, una pregunta sobre los límites de la conciencia y sobre la posibilidad misma de la intersubjetividad. ¿Cómo sé que delante de mí no hay simplemente un organismo complejo, una forma exterior dotada de conducta y lenguaje, sino una interioridad real? ¿Cómo se justifica el paso desde lo visible del cuerpo a lo invisible de la experiencia? ¿De qué modo la alteridad ajena deja de ser mera hipótesis? Si estas preguntas no pueden responderse, toda relación humana parece asentarse sobre una base extrañamente frágil. Vivimos como si los otros fueran sujetos y, sin embargo, no resultaría claro en qué se funda ese "como si".

Conviene advertir que el solipsismo no debe ser tratado sólo como extravagancia teórica. Sería demasiado fácil descartarlo diciendo que, en la vida real, nadie duda seriamente de la existencia de otras conciencias. Eso es verdad, pero insuficiente. La fuerza del problema no está en que queramos vivir solipsísticamente, sino en que la estructura de la conciencia parece dar prioridad originaria al propio punto de vista. El yo se encuentra a sí mismo de manera inmediata; al otro no. Y esa prioridad amenaza con convertir toda relación con la alteridad en algo derivado, inferido, añadido después. El escándalo no es una rareza académica. Es la expresión extrema de una tendencia más profunda: la de pensar el mundo desde el privilegio epistemológico del yo.

Este privilegio tiene una raíz muy fuerte en la filosofía moderna. Cuanto más se toma la conciencia propia como punto de partida absoluto, más problemático se vuelve el otro. Si todo comienza con lo que es indudable para mí, el otro parece llegar tarde. Mi vivencia tiene certeza originaria; la suya no. Mi dolor se da; el suyo se supone. Mi pensar se ejerce; el suyo se atribuye. En ese marco, la existencia de otras conciencias corre el riesgo de convertirse en una construcción secundaria. La relación humana ya no aparece como suelo originario, sino como problema a resolver a partir de una interioridad inicialmente sola.

Y, sin embargo, hay aquí una paradoja muy reveladora. En la vida ordinaria, el otro no suele aparecer como problema teórico. No miro un rostro y pienso: "he aquí un cuerpo cuya posible interioridad debo inferir". Más bien experimento de inmediato a alguien triste, alegre, enfadado, avergonzado, tenso, ausente o esperanzado. El otro no comparece primero como objeto neutro y sólo después como sujeto hipotético. Comparece ya, en gran medida, como alguien. El escándalo del solipsismo nace precisamente de la distancia entre esta evidencia práctica y la dificultad filosófica para justificarla. Sabemos vivir con otros mucho antes de saber explicar cómo nos son dados.

Esta distancia obliga a tomar el problema con seriedad. Si la vida ordinaria reconoce al otro de modo inmediato y la reflexión filosófica lo vuelve problemático, entonces o bien la experiencia cotidiana es ingenua y debe ser corregida, o bien el modelo filosófico que produce el problema es insuficiente y debe ser repensado. Aquí se juega una decisión fundamental para toda teoría de la empatía. Si adoptamos un modelo demasiado interiorista de la conciencia, el otro siempre aparecerá como exterioridad dudosa. Si, en cambio,

reconocemos que la experiencia humana está ya estructurada por una apertura originaria a la alteridad encarnada, el problema cambia de forma. La empatía deja entonces de ser un recurso accesorio para adivinar otras mentes y empieza a aparecer como una de las modalidades fundamentales en que el otro se manifiesta.

Pero antes de llegar a esa solución, conviene dejar sentir toda la gravedad del escándalo. El solipsismo es escandaloso porque pone en crisis no sólo una tesis sobre el conocimiento, sino la posibilidad misma de una comunidad de verdad. Si el otro fuera, en última instancia, una hipótesis no superable, entonces la amistad, el amor, la educación, la justicia, la palabra compartida y toda vida común quedarían suspendidos sobre un abismo. No habría auténtico encuentro, sino sólo coexistencia de apariencias desde una conciencia encerrada en sí. La interioridad ajena sería siempre algo radicalmente fuera de alcance. El mundo común perdería espesor humano y se volvería una escena donde cada conciencia estaría condenada, en el fondo, a la soledad de su propia evidencia.

De ahí que el problema del otro no sea un detalle lateral de la filosofía, sino una de sus pruebas mayores. En cierto sentido, toda antropología, toda ética y toda teoría política dependen de cómo se resuelva esta cuestión. Si el otro me es dado sólo como cuerpo exterior, la moralidad se debilita desde su base. Si el otro me es dado de un modo irreductible como sujeto, entonces la alteridad entra en el corazón de la experiencia y exige otra concepción del yo. La empatía aparece precisamente en este cruce. No como sentimentalismo añadido a una ontología individualista, sino como posible respuesta a la pregunta: ¿cómo comparece el otro como otro?

Hay que insistir también en que el solipsismo no es sólo una doctrina explícita. Puede existir en formas prácticas atenuadas. Cada vez que reduzco al otro a función, a instrumento, a etiqueta, a conducta aislada o a prolongación de mi propio relato, opera en mí una especie de solipsismo cotidiano. No niego teóricamente su existencia, pero actúo como si su interioridad no importara o no tuviera realidad propia. Por eso el problema filosófico tiene una traducción moral inmediata. El fracaso en reconocer al otro no es sólo un error abstracto; puede convertirse en brutalidad concreta. La empatía, en este sentido, no sólo responde a una dificultad teórica. Responde también a una tentación permanente del yo: la de encerrar el mundo dentro de su propia medida.

Ahora bien, el escándalo del solipsismo no debe resolverse mediante un simple acto de buena voluntad. No basta con declarar que los otros existen y que debemos respetarlos. La cuestión es más exigente: ¿cómo se da el otro en la experiencia? ¿Qué estatuto tiene su presencia? ¿Es una inferencia, una analogía, una percepción sui generis, una interpretación inmediata, una construcción narrativa? Estas preguntas no pueden eludirse con moralismo. La empatía sólo será filosóficamente seria si puede mostrar que el otro no es una mera proyección de mi mundo interior ni una ficción útil, sino una alteridad que comparece con un tipo propio de evidencia, aunque no idéntica a la de mi propia autoconciencia.

Esto nos lleva a una precisión decisiva. El escándalo del solipsismo no se supera negando la diferencia entre mi acceso a mí mismo y mi acceso al otro. Sería un error afirmar que conozco la interioridad ajena exactamente como conozco la mía. No es así. Mi dolor me es dado en primera persona; el del otro, no. La solución no consistirá nunca en borrar esa asimetría. Consistirá en mostrar que esa

asimetría no implica incomunicabilidad absoluta. El otro no me es dado como me soy dado yo, pero tampoco me es dado como una simple cosa. La tarea filosófica consiste en pensar esta modalidad intermedia de presencia. Y ésa será, justamente, una de las grandes tareas de la fenomenología.

Por eso el escándalo del solipsismo cumple una función fecunda. Obliga a la filosofía a no contentarse con una imagen ingenua del otro, pero también le impide absolutizar el encierro del yo. Fuerza a buscar un concepto de experiencia más amplio que la mera interioridad privada y más fino que la pura observación exterior. En ese espacio intermedio empieza a hacerse visible la necesidad de la empatía. No como concesión moral, sino como estructura de acceso a una alteridad que no puede ser ni totalmente absorbida ni totalmente expulsada.

En última instancia, el escándalo del solipsismo revela algo muy profundo sobre la condición humana: que vivimos entre dos evidencias desiguales. La evidencia inmediata de nosotros mismos y la evidencia indirecta, pero real, de los otros. Si absolutizamos la primera, caemos en el encierro. Si fingimos que la segunda es idéntica a la primera, caemos en la confusión. La filosofía debe aprender a pensar una relación donde el otro sea verdaderamente otro y, sin embargo, verdaderamente dado. La empatía surge exactamente en ese punto de máxima tensión.

Puede condensarse todo este apartado en una tesis:

El escándalo del solipsismo consiste en que la interioridad propia se da con inmediatez originaria, mientras que la del otro no, y sin embargo la vida humana entera presupone que el otro no es mera exterioridad, sino sujeto real de experiencia.

Esta tesis marca el umbral filosófico de la empatía. A partir de aquí ya no basta con describir la sensibilidad interpersonal. Hay que preguntar cómo aparece el otro en la experiencia misma, cómo su cuerpo deja de ser mera cosa y se vuelve presencia expresiva, y cómo puede la conciencia acceder a una alteridad que nunca será idéntica a su propia autoconciencia. Ése será el siguiente paso.

7.2. Cómo aparece el otro en la experiencia

La pregunta decisiva, después de haber sentido todo el peso del problema solipsista, es ésta: **¿cómo aparece el otro en la experiencia misma?** No cómo lo deduzco después, no cómo lo postulo por analogía, no cómo lo construyo teóricamente, sino cómo comparece ante mí antes de toda elaboración filosófica secundaria. Si esta pregunta no se responde bien, el otro seguirá oscilando entre dos deformaciones: o será reducido a simple cuerpo exterior, o será absorbido como proyección de mi propio mundo interior. La tarea consiste en pensar una aparición del otro que no lo cosifique ni lo disuelva.

Lo primero que debe afirmarse con claridad es que, en la experiencia ordinaria, el otro no suele darse como un objeto neutro al que luego agregamos una hipótesis mental. No veo primero una figura física y digo después: “quizá aquí haya una conciencia”. Lo que aparece, de modo mucho más inmediato, es alguien alegre, cansado, tenso, humillado, retraído, expectante, herido, hostil, avergonzado. El otro comparece ya bajo formas expresivas. No es pura materia visible a la que yo añado desde fuera un significado psíquico. Su presencia está atravesada por sentido desde el comienzo.

Esto no significa que toda aparición del otro sea transparente o infalible. Significa algo más básico: que la experiencia humana está estructurada de tal modo que el cuerpo ajeno no suele presentarse

primero como mera cosa. Se presenta como cuerpo vivido, cuerpo expresivo, cuerpo significativo. Una mirada no es solamente un fenómeno óptico. Puede aparecer como evasiva, fija, suplicante, agresiva, vacía, temerosa. Una postura no es sólo disposición mecánica de miembros. Puede aparecer como cerrada, desafiante, abatida, rígida, disponible. Una voz no es simple vibración sonora. Puede sonar quebrada, contenida, irónica, alegre, hostil, avergonzada, frágil. El otro comparece, por tanto, no sólo como organismo, sino como manifestación encarnada de una interioridad.

Aquí se vuelve crucial una distinción: el otro no aparece como una conciencia interior escondida detrás de un cuerpo opaco, ni como una pura exterioridad sin dentro. Aparece a través de su cuerpo. Esta mediación corporal es decisiva. Si el cuerpo fuera sólo envoltura material, la interioridad ajena quedaría demasiado lejos. Pero si el cuerpo fuera idéntico sin resto a la interioridad, desaparecería la diferencia entre lo visible y lo vivido. La experiencia humana se sitúa entre ambos extremos: el cuerpo del otro es el lugar donde su interioridad se manifiesta sin agotarse. No es un obstáculo exterior a vencer, sino el medio mismo de comparecencia de la alteridad.

Esta idea exige una corrección importante de ciertas imágenes demasiado mentalistas del ser humano. Con frecuencia pensamos la interioridad como si estuviera “dentro” y el cuerpo “fuera”, como dos estratos radicalmente separados. Desde esa imagen, el problema del otro se vuelve casi insoluble: ¿cómo pasar de lo meramente exterior a lo interior invisible? Pero la experiencia ordinaria desmiente parcialmente esa escisión. No tratamos el cuerpo ajeno como una carcasa muda. Lo experimentamos ya como portador de gesto, tono, dirección y estilo de presencia. El cuerpo no

es sólo un objeto entre objetos; es el modo visible en que una vida se expone.

Esto no elimina el problema filosófico, pero lo replantea de forma más fecunda. La pregunta ya no es "¿cómo adivino una mente escondida detrás de un objeto físico?", sino "¿cómo se me da una interioridad a través de una presencia encarnada que ya es expresiva?". Este cambio es de enorme importancia. Porque desplaza la cuestión desde la deducción hacia la manifestación. El otro no tiene que ser inventado como sujeto a partir de un cuerpo neutro; comparece como sujeto a través de un cuerpo significativo. La empatía se vuelve posible precisamente porque la alteridad ya irrumpe en la experiencia antes de ser teorizada.

Sin embargo, esta comparecencia no debe ser simplificada. Que el otro aparezca de entrada bajo formas expresivas no significa que toda expresión sea inmediatamente unívoca. Una misma mirada puede ser leída como orgullo o vergüenza, como distancia o fatiga, como desprecio o defensa. Una misma frase puede sonar como ironía o inseguridad. Una misma reacción puede esconder motivos distintos. La expresividad del otro hace posible la comprensión, pero no elimina el trabajo interpretativo. La aparición del otro es real, pero no transparente. Está cargada de sentido, pero ese sentido necesita ser acogido, afinado, contrastado y, a veces, corregido.

Aquí aparece un punto decisivo: el otro se da en la experiencia como **presencia expresiva**. Esta fórmula es especialmente útil porque evita dos errores. Evita el error objetivista, que ve sólo un cuerpo. Y evita el error proyectivo, que cree que todo sentido proviene enteramente del sujeto que observa. La presencia expresiva indica que algo del otro está ya ahí, manifestándose, sin que por ello quede enteramente resuelto. No es una invención mía que ese rostro

aparezca como herido. Tampoco es una transparencia plena del dolor. Es una presencia donde la interioridad se deja sentir de manera mediada y abierta.

Esta mediación abierta explica por qué el encuentro con el otro es, al mismo tiempo, tan inmediato y tan falible. Inmediato, porque no vivimos normalmente rodeados de cuerpos neutros a los que asignamos "vidas interiores" por pura inferencia. Falible, porque lo que aparece expresivamente puede ser mal leído, exagerado, minimizado o traducido según nuestros propios esquemas. En otras palabras: el otro comparece ya como alguien, pero el modo exacto de su comparecencia exige trabajo de comprensión. La empatía no crea al otro como sujeto, pero sí participa en la tarea de hacer más verdadera nuestra relación con el modo en que ese sujeto se nos da.

Esta tarea se vuelve más clara si se distingue entre **presencia** y **contenido pleno**. El otro está presente como sujeto antes de que yo comprenda plenamente su situación. Puedo advertir que hay tristeza, miedo, hostilidad o vergüenza antes de saber con precisión qué mundo vivido organiza ese estado. La presencia expresiva es originaria; la elucidación de su contenido es progresiva. Esta diferencia es crucial porque muestra que el otro no necesita ser totalmente comprendido para comparecer como otro. Su alteridad se anuncia antes de su explicación completa. La filosofía debe respetar esa anterioridad.

La vida ordinaria está llena de ejemplos. Entro en una habitación y percibo que alguien está tenso antes de saber por qué. Escucho una voz y noto una fractura afectiva antes de conocer la historia que la sostiene. Veo a alguien retroceder corporalmente y reconozco miedo antes de comprender el entramado de experiencias que lo hacen surgir. En todos estos casos, el otro ya aparece como sujeto de una

vivencia antes de que esa vivencia quede tematizada con claridad. La empatía trabajará después sobre esa aparición originaria, intentando profundizarla. Pero no parte de cero. Parte de una experiencia donde el otro ya me ha salido al encuentro como portador de interioridad.

Esta idea modifica profundamente la comprensión del conocimiento interpersonal. No se trata primero de resolver un problema abstracto de otras mentes y sólo después de encontrarnos con personas. Más bien, el problema filosófico de las otras conciencias nace porque ya vivimos encontrándonos con otros como sujetos y luego intentamos explicar cómo es posible ese encuentro. La alteridad no es una conclusión remota; es una presencia originaria que se vuelve enigmática al ser pensada. La filosofía no debe traicionar esa prioridad de la experiencia en favor de un modelo demasiado pobre de la conciencia.

Ahora bien, reconocer que el otro comparece originariamente como presencia expresiva no significa que la experiencia cotidiana sea inmune al fracaso moral. También en ella podemos reducir al otro a objeto, etiqueta, función o enemigo. Pero esa reducción debe ser entendida justamente como una forma de empobrecimiento de la experiencia, no como su estructura originaria. Cosificar al otro no es simplemente describirlo tal como se da; es ignorar, bloquear o endurecerse frente al hecho de que se daba como alguien. La brutalidad no nace de no ver absolutamente nada, sino de reprimir o desoír la comparecencia de la alteridad.

Esto explica por qué la empatía tiene un papel tan importante. No introduce al otro desde fuera en un mundo previamente solitario. Más bien recupera, profundiza y disciplina una apertura que ya estaba implícita en la experiencia misma. Donde el yo tiende a

endurecerse o a reducir, la empatía lo obliga a atender de nuevo a lo que ya comparecía: la interioridad encarnada del otro. Por eso puede decirse que la empatía no inventa la alteridad, pero sí la protege contra las simplificaciones del yo.

Hay todavía otro aspecto esencial en esta aparición del otro: no comparece sólo como portador de emociones sueltas, sino como alguien situado en un mundo. Su expresión no es un signo aislado flotando sobre una superficie corporal. Está inserta en una escena, en una relación, en una historia, en una situación concreta. La tristeza de alguien no aparece igual en un funeral que en una ruptura, ni la vergüenza igual en la infancia que en la vida adulta, ni la hostilidad igual en una defensa que en una agresión planificada. El otro se da siempre ya situado. Por eso su experiencia no puede ser comprendida adecuadamente si se arranca de la escena de mundo donde comparece.

Esta dimensión situada es clave para una teoría fuerte de la empatía. El otro no se manifiesta como interioridad pura, sino como interioridad encarnada y mundana. Su dolor es dolor por algo; su miedo, miedo ante algo; su alegría, alegría por algo; su vergüenza, vergüenza ante alguien o ante una imagen de sí. La presencia expresiva remite siempre a un horizonte de sentido. Empatizar es entonces profundizar en ese horizonte sin perder de vista que se manifiesta en una presencia concreta. La experiencia del otro es inseparable de su mundo vivido.

Esto nos lleva a una conclusión importante. La aparición del otro en la experiencia no es ni pura percepción ni pura inferencia ni pura interpretación. Tiene algo de percepción, porque el otro se manifiesta en su cuerpo, en su voz, en sus gestos, en su modo de estar. Tiene algo de interpretación, porque esa manifestación no es

autoexplicativa y exige comprensión contextual. Y tiene algo que no se reduce a ninguna de las dos cosas: una especie de presencia originaria de alteridad, una evidencia de que delante de mí no hay sólo un objeto visible, sino alguien para quien algo está ocurriendo. La empatía se mueve dentro de esta estructura compleja.

Aquí se hace visible el límite de toda teoría que quiera resolver el problema del otro sólo mediante inferencias o sólo mediante sentimientos. Si todo fuera inferencia, el otro aparecería demasiado tarde, como conclusión de un razonamiento. Si todo fuera sentimiento, el otro correría el riesgo de quedar reducido a proyección afectiva. Lo que la experiencia muestra es otra cosa: una alteridad que comparece expresivamente y una conciencia que debe aprender a estar a la altura de esa comparecencia. La empatía es una de las formas más altas de ese aprendizaje.

Podría condensarse todo este apartado en una fórmula precisa:

El otro aparece en la experiencia como presencia expresiva encarnada: no como mera cosa exterior ni como interioridad transparente, sino como sujeto cuya vida se manifiesta a través del cuerpo sin agotarse en él.

Ésta es la base fenomenológica de toda teoría seria de la empatía. Si el otro no compareciera así, la empatía sería imposible. Si compareciera de modo plenamente transparente, sería innecesaria. La estructura real del encuentro humano se sitúa exactamente entre ambos extremos. El otro se manifiesta, pero no se entrega del todo. Se hace presente, pero exige comprensión. Está ahí como alguien, y precisamente por eso puede ser malinterpretado, reducido o, en el mejor de los casos, acogido de manera más verdadera.

El paso siguiente consistirá en profundizar todavía más este análisis examinando el papel del cuerpo en esa comparecencia. Porque si el otro aparece a través de su presencia expresiva, entonces el cuerpo ya no puede ser pensado como simple objeto físico. Debe ser comprendido como expresión de interioridad. Ése será el siguiente desarrollo.

7.3. El cuerpo como expresión de interioridad

Si el otro aparece en la experiencia como presencia expresiva, entonces el cuerpo deja de poder ser pensado como un simple objeto físico entre otros. Éste es uno de los giros más importantes que exige una filosofía rigurosa de la empatía. El cuerpo no comparece, en el encuentro humano, como mera extensión material, como masa ocupando espacio o como mecanismo exterior al que más tarde añadimos, por hipótesis, una vida interior. Comparece ya, de algún modo, como **cuerpo vivido y expresivo**. Y esta diferencia es decisiva. Porque es justamente a través del cuerpo como la interioridad del otro se vuelve accesible sin dejar de ser ajena.

Conviene comenzar por una distinción fundamental: no es lo mismo hablar del cuerpo como cosa física que hablar del cuerpo como presencia encarnada. El primero puede ser descrito por la anatomía, la fisiología o la física. El segundo es el cuerpo tal como aparece en la experiencia humana ordinaria: no sólo como estructura material, sino como gesto, orientación, postura, estilo, tono, presencia. Una mano no es solamente un conjunto de huesos, músculos y nervios; puede aparecer como mano que tiembla, que se retira, que amenaza, que suplica, que acaricia o que duda. Un rostro no es sólo una configuración anatómica; puede ser rostro que se endurece, que se quiebra, que se cierra, que espera, que se avergüenza. El

cuerpo, en este sentido, es más que un objeto visible: es el lugar en que la interioridad se deja ver sin volverse jamás enteramente visible.

Esta idea permite romper una falsa alternativa. O bien se piensa el cuerpo como pura exterioridad y la interioridad como una realidad escondida detrás de él; o bien se disuelve toda diferencia y se trata el cuerpo como si fuera completamente idéntico a la vida interior. Ambas posiciones son insuficientes. La primera vuelve casi insoluble el problema del otro, porque hace del cuerpo una barrera muda que habría que atravesar para llegar a una conciencia secreta. La segunda elimina la reserva propia de la alteridad, como si todo lo interior pudiera leerse de manera plena en lo exterior. La experiencia humana real se sitúa entre ambas: el cuerpo **expresa**, pero no agota; manifiesta, pero no traduce del todo; hace presente la interioridad, pero no la vuelve completamente transparente.

Aquí reside una de las claves más profundas para comprender la empatía. No empatizamos con una "mente" desencarnada, ni con un cuerpo puramente físico. Empatizamos con una presencia humana en la que cuerpo e interioridad se entrelazan de tal modo que lo visible remite a una vida que no es visible en sí misma, pero que se anuncia en lo visible. El cuerpo es, por así decirlo, el umbral de la interioridad. No es simple envoltura. No es simple signo exterior añadido desde fuera. Es la modalidad misma en que una vida subjetiva comparece en el mundo compartido.

Esta estructura se ve con claridad en la experiencia más ordinaria. No solemos ver un rostro y pensar primero "he aquí una superficie orgánica", para luego deducir "probablemente hay tristeza detrás". Vemos ya un rostro triste, asustado, cansado, humillado, expectante. No oímos primero una serie de sonidos y después

inferimos, con calma teórica, una emoción. Oímos una voz quebrada, una voz tensa, una voz irónica, una voz vacilante. El cuerpo humano se ofrece originariamente cargado de sentido expresivo. Y es precisamente esta carga de sentido la que hace posible que el otro no se nos dé como simple cosa.

Sin embargo, esta expresividad no es una especie de transparencia mágica. No "vemos" el alma del otro como vemos un color. Lo que vemos es un cuerpo cuya presencia remite a una interioridad. Por eso la empatía exige interpretación. El cuerpo expresa, pero no de manera mecánicamente unívoca. Una rigidez puede ser miedo o ira. Un silencio puede ser vergüenza, hostilidad, prudencia, agotamiento o defensa. Una sonrisa puede ser alegría, ironía, protección o simple máscara social. La interioridad comparece a través del cuerpo, pero exige una lectura cuidadosa. El cuerpo no es una cifra cerrada, sino una apertura ambigua y orientadora.

Esta ambigüedad no invalida la expresividad; al contrario, pertenece a su modo propio de darse. El otro no es una ecuación cuyo interior se resuelva automáticamente a partir de unos signos. La vida humana no funciona así. El cuerpo es expresión, pero expresión situada. Sus gestos, posturas, tonos y silencios no tienen sentido en abstracto, sino dentro de una escena, una historia, una relación, una vulnerabilidad concreta, un mundo vivido. Por eso la empatía no puede contentarse con una "lectura corporal" superficial. Debe comprender cómo ese cuerpo expresa una existencia situada. La mano que se retira no significa lo mismo en la infancia que en el duelo, ni el silencio en la culpa que en el miedo, ni la risa en la alegría que en la humillación defensiva.

El cuerpo expresa, además, no sólo emociones momentáneas, sino un modo entero de habitar el mundo. Una persona puede tener una

corporalidad retraída, vigilante, hospitalaria, arrogante, vulnerable, serena, crispada, disponible. El cuerpo lleva una historia. En él se sedimentan hábitos, heridas, aprendizajes, modos de esperar y de defenderse. No es simplemente soporte de estados pasajeros; es también una memoria encarnada. Esto vuelve la empatía más compleja y más profunda. No se trata sólo de captar lo que alguien siente ahora, sino a veces de reconocer una forma duradera de presencia en la que se inscribe lo actual. Hay cuerpos educados por la confianza y cuerpos educados por el miedo. Cuerpos habituados a la expansión y cuerpos entrenados en la retirada. Cuerpos que esperan acogida y cuerpos que anticipan amenaza. Todo esto forma parte del horizonte desde el cual la interioridad se expresa.

Esta dimensión histórica del cuerpo es especialmente importante porque muestra que la empatía no trabaja sólo con “señales” instantáneas. Trabaja con estilos de presencia. El otro no se manifiesta únicamente en un gesto aislado, sino en una unidad más amplia de tono corporal. Incluso cuando no habla, incluso cuando no explica, incluso cuando intenta ocultar, algo de su forma de estar en el mundo puede comparecer en su cuerpo. No de manera total, no de manera definitivamente descifrable, pero sí con una densidad suficiente como para exigir atención. La empatía comienza muchas veces ahí: en el reconocimiento de que ese cuerpo no es meramente visible, sino legible en un sentido humano fuerte.

Ahora bien, hablar de “legibilidad” puede inducir a un malentendido si no se precisa bien. El cuerpo no es un texto transparente que pueda ser leído de una vez para siempre. Tampoco es un código universal cuyas claves estén completamente disponibles. La legibilidad humana del cuerpo es parcial, falible y siempre expuesta a proyección. Precisamente por eso la empatía debe ser humilde.

Debe dejarse orientar por la expresividad corporal, pero no absolutizar su primera lectura. Debe reconocer que el cuerpo del otro dice algo sin presuponer que ya lo dice todo ni que yo ya sé leerlo perfectamente. Esta humildad es decisiva, porque una lectura corporal demasiado segura puede convertirse en una forma de violencia interpretativa.

De aquí se sigue una corrección importante frente a dos errores muy comunes. El primero consiste en ignorar el cuerpo y pensar la empatía como si se tratara simplemente de una operación mental entre subjetividades abstractas. El segundo consiste en reducir el cuerpo a un conjunto de signos objetivables, como si bastara con detectar ciertas expresiones faciales o posturas para "saber" lo que le pasa al otro. El primer error deshumaniza por exceso de abstracción. El segundo deshumaniza por exceso de técnica. La verdad está en otra parte: el cuerpo es el lugar vivo donde la interioridad se anuncia, pero sólo una atención situada, prudente y abierta puede acompañar adecuadamente ese anuncio.

Esta cuestión es especialmente importante porque la relación con el otro empieza, muchas veces, antes de las palabras. Un niño reconoce un tono de acogida o de amenaza antes de poder formularlo conceptualmente. Un adulto percibe que alguien está quebrado, tenso o distante antes de saber explicarse del todo por qué. La convivencia humana está atravesada por esta inteligencia previa o paralela al discurso. No es irracional. Es una forma encarnada de reconocimiento. Y la empatía se apoya en ella. No para absolutizarla, sino para dejarse guiar inicialmente por esa evidencia sensible de que el otro no es una cosa, sino alguien cuya interioridad está presente en su modo de estar.

El cuerpo es también decisivo porque introduce una resistencia a toda idealización del entendimiento puro. La empatía no ocurre entre espíritus desencarnados. Ocurre en un mundo de presencia física, ritmos, distancias, gestos, fatigas, quiebres, tensiones, miradas, silencios y modos de ocupar el espacio. El otro no se manifiesta sólo en contenidos lingüísticos. Se manifiesta en cómo entra, se sienta, evita una mirada, sostiene un temblor, precipita una frase, calla demasiado pronto o ríe cuando no debería hacer falta reír. La interioridad se filtra por el cuerpo incluso cuando el sujeto intenta ocultarla. Esto no significa que el cuerpo traicione siempre una "verdad" profunda a ojos de un observador experto. Significa que la vida humana no puede separarse limpiamente de su encarnación.

Esta encarnación da a la empatía un carácter irreductiblemente concreto. Quien empatiza no accede al otro sólo a través de conceptos, sino a través de una presencia corporal que afecta, orienta y exige respuesta. Esto explica por qué ciertas formas de distancia tecnológica, burocrática o puramente textual pueden dificultar la empatía: reducen o empobrecen el espesor corporal de la presencia. No lo eliminan por completo, porque el lenguaje mismo conserva huellas de tono y de mundo vivido, pero sí cambian el campo. Cuanto más se atenúa la presencia corporal del otro, más fácilmente puede volverse abstracción. Y cuanto más se vuelve abstracción, más se debilita una de las fuentes fundamentales de la empatía.

Al mismo tiempo, el cuerpo es el lugar donde la alteridad resiste nuestra apropiación. Precisamente porque la interioridad comparece a través del cuerpo sin agotarse en él, nunca puede quedar completamente capturada. El rostro del otro expresa y, sin

embargo, guarda reserva. La voz deja oír una vibración afectiva y, sin embargo, no entrega del todo su mundo. El cuerpo manifiesta, pero no se deja poseer enteramente. Esto es importante porque preserva la diferencia entre comprensión y dominio. Si el cuerpo fuera pura transparencia, la empatía se confundiría con una forma de conocimiento total. Pero no lo es. La encarnación del otro es, al mismo tiempo, acceso y límite. Permite la relación y protege la alteridad.

Hay, por tanto, una verdad doble que debe ser conservada. Por un lado, sin cuerpo expresivo no habría comparecencia originaria del otro como sujeto. Por otro, como el cuerpo no agota lo que expresa, la empatía nunca puede convertirse en posesión plena de la interioridad ajena. El cuerpo hace posible la cercanía, pero conserva la distancia. Hace presente al otro, pero no lo disuelve en evidencia total. En este sentido, el cuerpo es la forma misma de una alteridad accesible y no dominable. Y por eso ocupa un lugar central en toda fenomenología de la empatía.

Se comprende mejor así por qué ciertas tradiciones filosóficas dieron tanta importancia al cuerpo propio y al cuerpo ajeno. Mi propio cuerpo no es para mí un objeto cualquiera; es el modo en que habito el mundo. Del mismo modo, el cuerpo del otro no es para mí mera cosa, sino el modo en que su vida aparece en el mundo común. La relación entre ambos cuerpos no es un accidente exterior. Es el suelo mismo sobre el que puede desplegarse el reconocimiento. El otro no me sale al encuentro “a pesar” de su cuerpo, sino justamente en él. La alteridad humana es siempre alteridad encarnada.

Esta verdad tiene implicaciones morales fuertes. Cosificar el cuerpo del otro no es sólo un error teórico; es una forma de violencia. Reducirlo a objeto disponible, a instrumento, a superficie de uso o a

mera apariencia supone arrancarlo de su condición de expresión de una interioridad. Del mismo modo, respetar el cuerpo del otro no es sólo no dañarlo físicamente. Es reconocer en él la presencia de alguien. La empatía, al estar tan unida a la dimensión expresiva del cuerpo, se convierte también en una defensa contra esa cosificación. Nos recuerda que ningún cuerpo humano comparece del todo como cosa si lo vemos con verdad.

Podría condensarse todo este apartado en una fórmula central:

El cuerpo es expresión de interioridad porque en él la vida del otro se hace presente de manera visible sin volverse plenamente transparente; por eso la empatía es posible a través del cuerpo, pero también queda protegida de la ilusión de posesión total.

Ésta es la idea que debe quedar firme. El cuerpo no es muro ni transparencia absoluta. Es mediación viva. Gracias a él el otro aparece. Gracias a su límite, sigue siendo otro. Y precisamente por eso la empatía puede existir como acceso real a una alteridad irreductible.

Con esto queda preparado el paso siguiente: si el cuerpo expresa interioridad y hace posible la comparecencia del otro, entonces la cuestión decisiva será cómo pensar esa alteridad sin reducirla ni a un doble de mí ni a una opacidad absoluta. Es decir, habrá que entrar de lleno en la pregunta por la alteridad irreductible. Ése será el siguiente desarrollo.

7.4. La alteridad irreductible

Si el cuerpo del otro expresa una interioridad sin agotarla, entonces aparece con toda claridad una verdad que atraviesa la experiencia humana y que toda teoría seria de la empatía debe respetar: **el otro es irreductible**. No es reducible a objeto, porque comparece como

sujeto de experiencia. No es reducible a simple prolongación de mi mundo interior, porque esa experiencia no me pertenece. No es reducible a una serie de signos descifrables de una vez para siempre, porque su interioridad nunca se entrega del todo. Y tampoco es reducible a pura opacidad, porque se manifiesta realmente. La alteridad del otro consiste precisamente en esta condición singular: se da, pero no se deja poseer; se manifiesta, pero no se deja absorber.

La palabra "irreductible" debe tomarse aquí en un sentido muy preciso. No quiere decir que el otro sea incognoscible, ni que toda tentativa de comprensión esté condenada al fracaso, ni que la empatía sea una ilusión noble pero vacía. Quiere decir otra cosa: que el otro no puede ser completamente traducido a mis categorías sin pérdida, sin violencia o sin resto. Hay siempre en él algo que resiste mi apropiación. Ese resto no es un defecto de la comprensión, sino una estructura propia de la alteridad. Sólo porque el otro no coincide conmigo, ni queda enteramente disponible para mí, puede ser verdaderamente otro y no simple repetición de mi conciencia bajo otro nombre.

Esta idea tiene una importancia filosófica inmensa, porque corrige a la vez dos tentaciones opuestas y constantes del pensamiento humano. La primera es la tentación de la **asimilación**: creer que comprender al otro consiste, en el fondo, en traducirlo completamente a lo que ya conozco de mí mismo. La segunda es la tentación de la **extrañeza absoluta**: creer que, como nunca puedo ser el otro, entonces toda comprensión significativa de él está radicalmente vedada. La alteridad irreductible obliga a rechazar ambos extremos. El otro no es completamente asimilable, pero tampoco es absolutamente inaccesible. La relación con él se mueve

en un entre difícil: suficiente cercanía para que la comprensión sea real, suficiente resistencia para que no se vuelva dominación.

Este punto puede formularse de manera aún más fuerte: la alteridad del otro no es simplemente una diferencia de contenido dentro de un mismo marco, como si se tratara de que el otro siente "algo distinto" de lo que yo siento, pero dentro de una estructura finalmente homogénea y traducible. La alteridad es más radical. El otro no es sólo alguien con otro contenido mental. Es otro centro de mundo, otro lugar desde el cual la realidad se organiza, otro modo de sufrir, de esperar, de temer, de recordar y de significar. Su experiencia no es sólo diferente de la mía; está anclada en una existencia singular que nunca podré ocupar plenamente. Entender esto cambia toda la teoría de la empatía, porque impide que la comprensión sea confundida con una simple expansión del yo.

Hay algo profundamente instructivo en la dificultad de aceptar esta irreductibilidad. El yo tiende a resistirse a ella. Querría o bien dominarla o bien expulsarla. Dominarla significa traducir demasiado rápido al otro a esquemas propios, decir "ya sé lo que te pasa", "en el fondo eres como yo", "esto no es más que tal cosa". Expulsarla significa declarar que el otro es demasiado distinto, demasiado opaco o demasiado errático como para merecer un esfuerzo serio de comprensión. En ambos casos, el yo evita el trabajo más difícil: sostener una relación con una alteridad que no se deja ni consumir ni descartar. La empatía fuerte exige exactamente ese trabajo.

La irreductibilidad del otro se manifiesta ya en un hecho elemental: **nadie puede vivir por otro**. Puedo acompañar su duelo, comprender su vergüenza, llorar ante su pérdida, pero no puedo sustituir el lugar desde el cual él la vive. Puedo acercarme muchísimo a su mundo, pero no puedo ocupar el centro de ese

mundo sin destruir la diferencia misma que intento honrar. Esta imposibilidad no es una limitación accidental de mi conocimiento; es una verdad constitutiva de la existencia humana. La empatía no supera esa imposibilidad; trabaja dentro de ella. Por eso no debe prometer nunca transparencia total. Su grandeza no está en abolir la distancia, sino en hacerla habitable.

Se comprende mejor desde aquí por qué la apropiación del otro es siempre una forma de violencia, incluso cuando se presenta bajo apariencias afectivamente nobles. Cuando alguien cree conocer "mejor que tú mismo" lo que te ocurre, o cuando toma tu experiencia como simple caso de una teoría propia, o cuando la integra demasiado rápido en su narrativa emocional, está negando precisamente aquello que te hace otro. Puede tener razón en algunas observaciones parciales, sin duda. Pero si pierde de vista la irreductibilidad de tu interioridad, su comprensión se vuelve posesiva. Ya no escucha una alteridad; la ocupa. Y ocupar al otro, incluso en nombre del cuidado o de la profundidad, es una de las formas más finas de no respetarlo.

Sin embargo, esta irreductibilidad no debe ser romantizada como si fuera un misterio absoluto que nos obligara a callar o a renunciar a todo acceso. La fascinación contemporánea por la "inaccesibilidad radical" del otro puede ser tan engañosa como la ilusión de transparencia. A veces se presenta como respeto, pero en realidad puede encubrir una pereza de la comprensión. Se dice: "nunca podemos saber lo que le pasa a otro", y con ello se evita el esfuerzo de escuchar mejor, de atender con más disciplina, de corregir las propias proyecciones, de permanecer más tiempo junto a la experiencia ajena. La alteridad irreductible no anula la empatía; la

vuelve más humilde y más seria. Nos recuerda que comprender no es poseer, pero no nos autoriza a abandonar la tarea de comprender.

Ésta es una diferencia de máxima importancia. La irreductibilidad del otro no es una clausura del vínculo, sino su profundidad. No significa que la relación sea imposible, sino que nunca será agotable. Significa que el otro puede ser realmente conocido y, sin embargo, nunca enteramente consumido por mi conocimiento. Puede volverse íntimo para mí y, sin embargo, conservar una reserva. Puede confiarme mucho y seguir siendo más que lo que me ha mostrado. Puede aparecer con intensidad en mi experiencia y, aun así, no quedar reducido a ella. La alteridad irreductible protege la dignidad del otro precisamente porque impide que la cercanía se vuelva absorción total.

También aquí el cuerpo vuelve a jugar un papel decisivo. El cuerpo expresa interioridad, pero no la deja cerrarse en un significado fijo. Un rostro sigue siendo rostro de alguien, no superficie donde todo queda definitivamente resuelto. La voz sigue siendo vibración de una vida que no se agota en lo que yo percibo de ella. El cuerpo hace presente al otro, pero también me recuerda que no lo poseo. La alteridad no se me escapa porque el otro esté “escondido detrás” de su cuerpo como una esencia inaccesible. Se me resiste precisamente en la misma expresión por la cual se me da. Esta resistencia interna a la presencia es una de las formas más profundas de la alteridad humana.

La irreductibilidad del otro tiene además consecuencias éticas directas. Si el otro nunca queda enteramente absorbido por mis categorías, entonces debo relacionarme con él con una forma de modestia. No sólo con benevolencia, ni sólo con cuidado, sino con modestia interpretativa. Debo aceptar que mi acceso puede ser real

y, sin embargo, parcial; que mi comprensión puede ser profunda y, sin embargo, corregible; que incluso allí donde capto mucho, no capto todo. Esta modestia no debilita la empatía. La purifica. La protege de convertirse en poder. Porque el peligro más grande de toda comprensión humana es creerse total y, por ello, adquirir un derecho tácito sobre el otro.

Esta modestia interpretativa cambia el tono de la relación. En lugar de hablar sobre el otro como si ya estuviera completamente descifrado, uno aprende a hablar ante él y con él, dejando espacio a lo que todavía no se deja atrapar del todo. La empatía fuerte no clausura con facilidad. No corre a declarar: "ya te entendí". Más bien dice: "he llegado a comprender algo importante, pero sé que aún no agoto lo que eres ni lo que esto significa para ti". Esta forma de hablar es más lenta, menos brillante, menos espectacular. Pero también más verdadera. Y, sobre todo, más respetuosa de la alteridad.

Se puede ver con particular claridad esta irreductibilidad en los vínculos de mayor intimidad. A veces creemos que quien más amamos debería llegar a ser enteramente transparente para nosotros. Nos parece que la plenitud del vínculo consistiría en no tener ya misterio, en no reservar ya nada, en comprenderse mutuamente sin resto. Pero esa imagen, aunque afectivamente atractiva, es falsa. El amor más verdadero no anula la alteridad; la acoge. No exige que el otro deje de ser más de lo que alcanzo a comprender. La intimidad no destruye la reserva; la vuelve habitable. Y la empatía participa de esa verdad: no busca despojar al otro de toda opacidad, sino acercarse a él de un modo que no convierta su irreductibilidad en amenaza.

También en el conflicto esta cuestión es decisiva. El otro que se opone a mí, que me hiere o que me desconcierta no debe ser

reducido ni a monstruo ni a simple proyección de mis categorías. Su alteridad puede resultar incómoda, difícil de soportar, incluso escandalosa. Pero si dejo de reconocerla como alteridad real, la crítica que formule se volverá más pobre y probablemente más injusta. Entender que el otro es irreductible no me obliga a coincidir con él. Me obliga a no simplificarlo hasta el punto de que deje de ser humano en mi mirada. La alteridad irreductible es, así, una condición de toda crítica no bárbara.

Aquí se toca una verdad aún más profunda. La existencia del otro me descentra no sólo porque piense o sienta distinto, sino porque muestra que el ser no está agotado por mi horizonte. Hay mundo más allá de mí, no sólo en el sentido físico, sino en el sentido existencial. Hay experiencias, dolores, alegrías, interpretaciones y formas de habitar la realidad que no se originan en mí ni se dejan contener del todo por mí. El otro es irreductible porque es testimonio viviente de que la realidad humana no tiene un solo centro. En este sentido, la alteridad no es un problema regional de la conciencia; es una herida estructural del narcisismo ontológico del yo. La empatía, al intentar responder a esa herida, se convierte en una de las grandes escuelas de humildad humana.

Esta humildad no tiene nada de servil. No me pide abdicar de mi criterio ni desaparecer en el otro. Me pide reconocer que mi criterio opera ante una realidad que lo excede, que mi comprensión se ejerce ante una singularidad que nunca será simple material para mi dominio y que mi verdad sobre el otro sólo puede ser verdadera si conserva memoria de lo que el otro nunca deja de ser: otro. La alteridad irreductible no destruye la posibilidad de la verdad compartida; le impide convertirse en apropiación.

Por eso puede afirmarse una tesis central para todo el libro:

La alteridad del otro es irreductible no porque sea absolutamente incomprensible, sino porque toda comprensión de ella ocurre siempre ante una singularidad que se manifiesta sin entregarse por completo y que, precisamente por eso, no puede ser legítimamente absorbida por la conciencia que la comprende.

Esta formulación resume el punto con la precisión necesaria. No hay aquí escepticismo ni posesión. Hay manifestación y límite. Presencia y reserva. Acceso y resistencia. Sólo dentro de esta estructura puede existir la empatía como facultad verdadera. Si el otro fuera totalmente transparente, no haría falta empatía; bastaría mirar. Si fuera totalmente opaco, tampoco haría falta; todo esfuerzo sería vano. La alteridad irreductible es el suelo exacto sobre el que la empatía tiene sentido.

Con esto queda preparado el paso siguiente. Si el otro aparece como alteridad irreductible y, sin embargo, realmente presente en la experiencia, entonces la pregunta ya no puede ser sólo qué es el otro para mí, sino qué significa reconocerlo. Es decir, habrá que pasar de la alteridad como problema ontológico-fenomenológico a la alteridad como exigencia de reconocimiento. Allí la empatía mostrará todavía con más claridad su vínculo con la dignidad humana.

7.5. Empatía y reconocimiento

La reflexión sobre la alteridad no alcanza todavía su punto más alto mientras el otro siga siendo pensado sólo como problema de conocimiento. Saber que el otro no es una cosa, que comparece como presencia expresiva, que su cuerpo manifiesta interioridad y que su alteridad es irreductible son pasos fundamentales. Pero todavía falta una pregunta decisiva: ¿qué exige de mí esa presencia?

O dicho de otro modo: ¿qué cambia en la relación humana cuando el otro ya no es sólo percibido o comprendido, sino **reconocido**?

Aquí aparece una diferencia capital. Percibir no es lo mismo que reconocer. Puedo percibir a alguien y, sin embargo, no concederle verdadero peso en mi mundo moral. Puedo incluso comprender bastante bien su situación y seguir tratándolo de manera instrumental. El reconocimiento introduce algo que ni la pura percepción ni la mera comprensión garantizan por sí solas: la afirmación práctica de que el otro no sólo existe y no sólo siente, sino que su existencia y su sentir importan de un modo que limita mi arbitrariedad y reorganiza mi conducta. Reconocer al otro es aceptar que su interioridad no puede ser tratada como un dato irrelevante ni como un simple material de observación. Es, en cierto modo, aceptar que la alteridad tiene derecho a comparecer.

La empatía y el reconocimiento no son idénticos, pero están profundamente ligados. La empatía es una de las vías más importantes por las cuales el reconocimiento se vuelve posible. Porque sólo cuando el otro comparece como sujeto de experiencia puede dejar de ser, para mí, mera función, obstáculo, recurso, caso o categoría. La empatía rompe la ceguera del yo y hace visible la realidad interior del otro. Pero el reconocimiento va un paso más allá: no se limita a dejarla aparecer, sino que la admite como normativamente significativa. Lo que el otro vive deja de ser algo que simplemente constato o incluso comprendo; se convierte en algo ante lo cual debo situarme de otra manera.

Esta diferencia es esencial. Puede haber comprensión sin reconocimiento pleno. Un manipulador puede entender muy bien las vulnerabilidades ajenas sin reconocer por ello la dignidad del otro. Un observador agudo puede captar con gran precisión el

miedo, la vergüenza o la necesidad de aprobación de alguien y usar ese conocimiento de forma instrumental. Esto muestra que la empatía, tomada aisladamente, no basta. Pero también muestra lo contrario: que sin alguna forma de empatía el reconocimiento corre el riesgo de volverse abstracto. Puedo afirmar en teoría que todos tienen dignidad y seguir tratando al otro concreto con una brutalidad nacida de no haber dejado comparecer realmente su mundo vivido. El reconocimiento necesita cuerpo fenomenológico. Y ese cuerpo lo recibe, en gran medida, de la empatía.

Podría decirse así: la empatía es una condición de posibilidad del reconocimiento concreto, mientras que el reconocimiento es la elevación ética de la alteridad comprendida. La primera abre el acceso. El segundo transforma ese acceso en una forma de relación justa. Sin empatía, el reconocimiento puede quedarse en principio general. Sin reconocimiento, la empatía puede quedar en mera sensibilidad o incluso en instrumento de poder. Juntas, ambas dimensiones permiten pensar una relación con el otro que no sea ni abstractamente moral ni meramente afectiva.

Reconocer al otro significa, entonces, algo más fuerte que admitir su existencia o su sufrimiento. Significa aceptar que no tengo derecho a reducirlo a mis categorías sin resto, que su experiencia no es un accidente prescindible de la realidad, que su palabra no es puro ruido subjetivo, que su vulnerabilidad no puede ser tratada con desprecio y que su presencia introduce una exigencia de límite para mi propia soberanía. El reconocimiento tiene siempre algo de restricción del yo. Le dice: no eres el único centro. No puedes vivir como si la realidad se agotara en tu perspectiva. No puedes interpretar al otro sólo desde tu utilidad, tu comodidad o tu escala

de importancia. La alteridad reconocida fractura el privilegio silencioso del yo.

En este sentido, el reconocimiento tiene una estructura doble. Por un lado, es afirmación del otro como sujeto. Por otro, es descentramiento práctico de uno mismo. No basta con pensar bien al otro; hay que dejar que esa verdad se traduzca en una modificación de la propia posición. De ahí que el reconocimiento no sea mero sentimiento ni mera idea. Es una forma de justicia elemental: hacer sitio real al otro en el mundo compartido. Y la empatía contribuye decisivamente a esa justicia porque vuelve más difícil la indiferencia. Allí donde la interioridad del otro comparece con densidad, ya no resulta tan fácil tratarlo como si no importara.

Sin embargo, también aquí conviene mantener la precisión. El reconocimiento no significa sumisión. No consiste en conceder al otro razón en todo, ni en renunciar al propio juicio, ni en abdicar de la verdad por respeto a su herida. Reconocer al otro no es idolatrarlo. Es algo más exigente y más sobrio: admitirlo como sujeto digno de verdad, incluso cuando esa verdad incluya la posibilidad de contradecirlo. Quien trata al otro como sujeto no sólo lo escucha; también se dirige a él como alguien capaz de soportar una respuesta no servil. La verdadera falta de reconocimiento no está en toda crítica, sino en la crítica que cosifica, humilla o reduce. Del mismo modo, el verdadero reconocimiento no está en toda validación, sino en la relación que mantiene al otro dentro del espacio de la dignidad incluso cuando introduce disenso.

Esto es particularmente importante porque la cultura contemporánea tiende a confundir reconocimiento con confirmación. Pareciera que reconocer al otro exigiera ratificar su autointerpretación, su relato de los hechos o incluso su reacción

moral. Pero esa identificación es falsa. El reconocimiento auténtico opera en otro nivel. Reconoce la realidad de su experiencia, la dignidad de su interioridad y la legitimidad de su comparecencia. No por eso canoniza su perspectiva. De hecho, una de las formas más altas de reconocimiento consiste precisamente en no reducir al otro ni a objeto de corrección ni a ídolo emocional. Es decir: tratarlo como alguien cuyo mundo merece ser comprendido y cuyo juicio puede ser discutido sin que por ello deje de ser sujeto.

Aquí la empatía desempeña una función delicada. Hace visible aquello que debe ser reconocido: la interioridad ajena, el peso del mundo vivido, la realidad del sufrimiento, el significado singular que una situación tiene para alguien. Pero para que ese descubrimiento no se convierta en servidumbre afectiva, el reconocimiento debe mantenerse unido al juicio. Ésta es una de las fórmulas más importantes de toda la obra: **reconocer no es absolver; es no cosificar**. Y la empatía, en su forma madura, sirve precisamente a ese fin. No exige que suspendamos toda crítica. Exige que la crítica no borre la realidad de la experiencia ajena.

El reconocimiento tiene además una dimensión histórica y social que no debe ser omitida. Los seres humanos no sólo necesitan ser comprendidos en lo íntimo; necesitan también no ser degradados públicamente a invisibilidad, estereotipo, insignificancia o mera función. Hay formas de desprecio que operan no tanto negando explícitamente la existencia del otro como negándole espesor. Se lo trata como si no pudiera sentir de verdad, como si su experiencia fuera irrelevante, como si su palabra no contara, como si su dolor no tuviera gravedad o como si su perspectiva fuera descartable desde el comienzo. Estas formas de desconocimiento lesionan profundamente la vida moral y política. La empatía puede ser una

respuesta poderosa frente a ellas porque restituye densidad a quienes han sido reducidos.

Pero aquí también hay que ser rigurosos. El lenguaje del reconocimiento puede degradarse si se convierte en exigencia de inmunidad. No toda falta de acuerdo es desconocimiento. No toda incomodidad subjetiva prueba una falla de reconocimiento. Y no todo límite puesto al otro es negación de su dignidad. El reconocimiento se corrompe cuando se transforma en demanda de centralidad moral incontestable. En ese punto, la alteridad deja de pedir espacio para comparecer y pasa a pedir obediencia interpretativa. La empatía, entonces, corre el riesgo de ser instrumentalizada como mecanismo de blindaje. Por eso es tan importante sostener la articulación entre reconocimiento y verdad.

Hay una formulación sobria que puede orientar esta articulación: reconocer al otro significa concederle realidad sin entregarle soberanía. Realidad de su experiencia, de su perspectiva, de su dolor, de su presencia. Pero no soberanía absoluta sobre la verdad de los hechos ni sobre la estructura del juicio común. Esta distinción es crucial para evitar dos deformaciones simétricas. La primera es el desconocimiento duro, que no deja al otro comparecer como sujeto real. La segunda es el reconocimiento idolátrico, que convierte al otro en fuente incuestionable de legitimidad. La empatía fuerte debe ponerse al servicio del primer combate sin caer en el segundo error.

Desde un punto de vista más profundo, el reconocimiento tiene que ver con la manera en que el otro es admitido en el mundo común. No basta con que yo, interiormente, “sepa” que el otro siente. Reconocerlo implica dejar que su condición de sujeto tenga consecuencias en mi forma de hablarle, de juzgarlo, de decidir sobre

él o de estar frente a él. Hay, por tanto, una dimensión práctica ineludible. Una empatía que no alterara en nada mi modo de situarme ante el otro sería sospechosamente débil. Y, sin embargo, esa alteración no tiene una sola forma. A veces será más escucha. A veces, más cuidado. A veces, más prudencia. A veces, una corrección formulada de otra manera. A veces, la renuncia a cierta ironía, a cierto desprecio o a cierto automatismo del juicio. El reconocimiento no prescribe una respuesta única, pero sí prohíbe una relación bárbara con la alteridad.

Se entiende entonces por qué la falta de reconocimiento hiere de un modo tan profundo. No hiere sólo porque alguien no esté de acuerdo conmigo o porque no confirme lo que digo. Hiende más radicalmente cuando me trata como si mi experiencia no tuviera densidad humana, como si mi dolor fuera decorativo, como si mi vergüenza fuera ridícula, como si mi voz no mereciera ser oída o como si yo pudiera ser reducido sin resto a una etiqueta, a un diagnóstico, a una utilidad o a una falta. En esos casos, lo que se lesiona no es simplemente una opinión o una emoción puntual. Se lesiona la condición misma de sujeto. La empatía, al restituir la comparecencia del mundo ajeno, puede reparar parcialmente esa lesión o, al menos, impedir que se produzca con tanta facilidad.

Esto explica también por qué el reconocimiento no debe ser pensado sólo en términos de benevolencia. Tiene una dimensión de justicia. No es simplemente “ser bueno” con el otro. Es no negarle aquello que le corresponde por ser quien es: un centro de experiencia irreductible, un alguien y no un algo. En este sentido, la empatía tiene un papel quasi-justicial. No sustituye a la justicia institucional ni a la deliberación moral, pero corrige una forma primaria de injusticia: la reducción del otro a exterioridad

manipulable o despreciable. La injusticia comienza muchas veces antes de la acción visible, en la estructura misma de la mirada que no reconoce. La empatía, en su forma más noble, interviene ya ahí.

Podría decirse, en suma, que la empatía prepara el terreno del reconocimiento en tres pasos. Primero, deja comparecer al otro como sujeto de experiencia. Segundo, impide reducir esa experiencia a cosa o a simple error sin haberla comprendido. Tercero, exige que esa comparecencia tenga consecuencias en la forma de responder. Pero sólo hay reconocimiento pleno cuando esa apertura se integra con una conciencia ética que admite la dignidad del otro sin dejar de sostener el espacio de la verdad y del juicio. El reconocimiento no es sentimentalismo. Es una forma más alta de justicia relacional.

La fórmula más rigurosa para cerrar este apartado sería ésta:

La empatía conduce al reconocimiento cuando la comprensión de la experiencia ajena se transforma en una relación en la que el otro es admitido como sujeto de dignidad, cuya presencia limita mi arbitrariedad sin exigir por ello la renuncia a la verdad ni al juicio.

Ésta es, quizá, una de las formulaciones más importantes de toda la parte filosófica del libro. Porque recoge lo esencial: la empatía no es un lujo afectivo, sino una de las puertas por las que accedemos a una relación menos bárbara y más justa con la alteridad. No resuelve por sí sola toda la moralidad, pero sí corrige una de sus tentaciones más primitivas: la de vivir como si sólo mi centro fuera real.

CAPÍTULO 8.

FENOMENOLOGÍA DE LA EMPATÍA

8.1. Intencionalidad y experiencia ajena

Para comprender la empatía en un nivel filosófico más alto, hace falta introducir una noción fundamental de la fenomenología: la **intencionalidad**. Sin esta noción, la empatía queda fácilmente reducida a emoción, a contagio o a simple inferencia psicológica. Con ella, en cambio, puede verse que la empatía es una forma específica de acto de conciencia: un modo en que la conciencia se dirige hacia algo que no es ella misma y lo acoge bajo una modalidad propia.

La palabra "intencionalidad" no debe ser entendida aquí en el sentido corriente de "tener intención de hacer algo". En fenomenología significa algo más básico: la estructura por la cual toda conciencia es conciencia **de** algo. Ver es ver algo. Temer es temer algo. Recordar es recordar algo. Imaginar es imaginar algo. Amar es amar algo o a alguien. La conciencia no es, por tanto, una caja cerrada llena de contenidos flotantes; es siempre apertura, referencia, dirección hacia un objeto, un sentido, una situación, una presencia. Esta dirección constitutiva de la conciencia es lo que se llama intencionalidad.

La importancia de esta idea es inmensa. Permite abandonar una imagen equivocada de la vida interior como si fuera un recinto lleno de estados puramente privados y autosuficientes. La conciencia no está primero encerrada en sí y luego, de manera accidental, sale al mundo. Está estructuralmente orientada hacia el mundo. Vive en relación con él. Percibe, desea, teme, espera, interpreta. Desde esta perspectiva, la empatía ya no puede ser pensada como una especie

de milagro añadido a una conciencia solitaria, sino como una modalidad particular de esa apertura intencional general.

La pregunta decisiva es entonces ésta: **¿qué tipo de acto intencional es la empatía?** No basta responder que es una emoción o una comprensión. Hay que decir con más precisión hacia qué se dirige y cómo se dirige. Y aquí aparece su singularidad. La empatía no se dirige simplemente a una cosa física, como la percepción ordinaria de un objeto material. Tampoco se dirige a una posibilidad imaginada, como la fantasía. Tampoco se dirige a una esencia abstracta, como un juicio lógico. La empatía se dirige a una experiencia ajena en cuanto experiencia ajena. Es decir, su "objeto" no es una cosa ni un contenido mental propio, sino la vivencia de otro sujeto tal como comparece para mí a través de su expresión y de su cuerpo.

Éste es un punto de enorme sutileza. En la percepción ordinaria de una mesa, por ejemplo, la conciencia se dirige a una cosa material que se me da desde distintos perfiles. En la empatía, en cambio, la conciencia se dirige a algo que no es ni pura cosa física ni puro contenido mío: la tristeza del otro, su miedo, su vergüenza, su esperanza, su dolor. Pero no se dirige a ellos como si fueran míos. Se dirige a ellos como vivencias de otro. La estructura intencional es aquí singular porque lo que se presenta es una interioridad no propia. No la produzco, no la habito en primera persona, no la poseo desde dentro como poseo mis propios actos. Y, sin embargo, comparece para mí de modo real.

Por eso la empatía no puede ser reducida ni a percepción ordinaria ni a imaginación libre ni a deducción lógica. Tiene una estructura propia. Se parece a la percepción en que algo se da. Se parece a la interpretación en que ese darse exige comprensión. Se parece a la

imaginación en que debo, en cierta medida, desplazarme hacia una perspectiva que no es la mía. Pero no se identifica con ninguna de estas operaciones. La conciencia empática no percibe un objeto físico sin más, no imagina arbitrariamente una vida ajena ni concluye fríamente su existencia. Acoge una experiencia que comparece como no propia y, sin embargo, significativa.

Esto puede formularse así: la empatía es un acto intencional en el que la conciencia capta una vivencia ajena no originariamente, pero sí de manera real. La distinción entre "originariamente" y "de manera real" es decisiva. Mi dolor me es dado de forma originaria: lo vivo desde dentro. El dolor del otro no me es dado de esa manera. No lo padezco como él lo padece. Pero eso no significa que sea irreal para mí o que sólo lo postule como hipótesis. Se me da de otra forma: mediatamente, a través de expresión, gesto, cuerpo, lenguaje, situación, tono. La fenomenología de la empatía intenta pensar precisamente esta forma no originaria y, sin embargo, efectiva de presencia.

A partir de aquí se entiende mejor por qué la empatía pertenece al problema general de la intencionalidad y no sólo al de la afectividad. Empatizar no es simplemente "sentir algo" ante el otro. Es un modo de conciencia dirigido hacia el otro como sujeto. El acento cae, por tanto, en la estructura relacional del acto. La empatía no es un contenido interior autosuficiente, sino una apertura hacia una alteridad vivida. Esto explica también por qué puede fracasar: porque todo acto intencional puede errar respecto de su objeto. Puedo ver mal, interpretar mal, recordar mal. Del mismo modo, puedo empatizar mal. Puedo atribuir vergüenza donde había cansancio, desprecio donde había timidez, amenaza donde había torpeza. La posibilidad del error no destruye la intencionalidad del

acto; la confirma. Sólo yerra quien está realmente dirigido hacia algo.

Esta falibilidad es importante porque protege a la fenomenología de la empatía contra dos idealizaciones. La primera sería creer que el otro se me da con una transparencia inmediata. La segunda, pensar que no se me da en absoluto. La verdad está entre ambas. La intencionalidad empática se dirige realmente a una experiencia ajena, pero esa experiencia no se entrega de manera plena ni infalible. La conciencia debe recibirla, interpretarla, ajustarse, corregirse. El otro no es una evidencia matemática ni una pura ficción. Es una presencia que se manifiesta bajo una modalidad específica de donación.

Aquí conviene introducir una distinción fenomenológica muy fecunda entre **acto** y **contenido**. En la empatía no sólo importa qué vivencia del otro aparece —dolor, miedo, alegría—, sino el modo en que aparece. Ese modo es parte de la esencia misma del fenómeno. El dolor del otro no se me da como el mío. Su alegría no se me da como la mía. Si así fuera, ya no habría diferencia entre autoconciencia y empatía. Lo que define a la empatía no es sólo el contenido al que accede, sino la forma en que accede a él: como vivencia ajena. La alteridad no es algo añadido desde fuera a una percepción neutral; está inscrita en la modalidad misma de aparición.

Esta idea permite evitar un error muy frecuente: pensar que la empatía sería simplemente la reproducción interior de un estado del otro. No. Si yo “reprodujera” exactamente su estado como estado mío, ya no estaría empatizando en sentido fuerte, sino repitiendo o duplicando. La intencionalidad empática es más fina. En ella, el otro se me da en su experiencia como otro. Lo que aparece no es una

copia interna de su dolor, sino su dolor en cuanto dolor suyo. Esto explica por qué la diferencia entre yo y tú no es externa a la empatía, sino constitutiva. La conciencia empática no elimina la alteridad; la sostiene en el mismo acto por el que se abre a ella.

La fenomenología puede entonces formular una tesis esencial: la experiencia ajena no me es simplemente inferida, sino que se me presenta bajo una modalidad intencional propia. Esto no suprime la mediación del cuerpo ni la necesidad de interpretación. Lo que niega es que el otro quede reducido a una hipótesis añadida a la percepción del cuerpo. La interioridad ajena se anuncia en la misma experiencia del cuerpo expresivo, aunque no quede en él totalmente contenida. La empatía es el acto por el cual esa interioridad anunciada es acogida como interioridad ajena.

Esto se ve con particular claridad en los gestos humanos básicos. Un rostro contraído, una retirada corporal, una voz que se quiebra, una mirada que evita otra, un silencio súbitamente cargado: todo ello no comparece como pura exterioridad física. La conciencia está ya orientada a recibir ahí un sentido interior. No porque proyecte arbitrariamente, sino porque la vida humana está encarnada de tal modo que el cuerpo porta una expresividad originaria. La intencionalidad empática se apoya en esta expresividad y se dirige, a través de ella, a la experiencia del otro.

Pero el hecho de que el cuerpo exprese no vuelve innecesaria la mediación del mundo compartido. La experiencia ajena no aparece nunca en vacío. Aparece en una situación, en una escena, en una relación, en una historia. La intencionalidad empática no se orienta sólo a signos aislados, sino a un contexto vivo. Por eso comprender la vergüenza de otro no consiste sólo en registrar un rubor o una mirada baja, sino en captar qué escena de exposición, qué caída de

imagen, qué relación de fuerzas o qué memoria herida están implicadas en esa expresión. La intencionalidad empática es siempre intencionalidad situada.

Este carácter situado la vuelve más compleja que la mera lectura de estados mentales. No se dirige a "contenidos de conciencia" como si éstos fueran entidades encapsuladas, sino a vivencias abiertas a un mundo. La tristeza del otro no es un bloque psíquico aislado. Es tristeza por algo, en un mundo que se ha vuelto oscuro, vacío, decepcionante o insoportable. El miedo no es sólo activación interna. Es mundo amenazante, horizonte de peligro, anticipación de daño. La empatía accede, en el fondo, no sólo a una emoción, sino a una estructura intencional ajena: al modo en que el otro está dirigido a su mundo desde cierta vivencia. Esto eleva mucho la comprensión del fenómeno. La empatía no capta meros estados interiores; capta la forma en que un mundo se organiza para otro.

Se vuelve entonces visible por qué la fenomenología es tan fecunda para este tema. La empatía no es sólo un "proceso psicológico" entre otros. Es una estructura fundamental de la relación entre conciencias encarnadas en un mundo común. Su problema no es únicamente si "siento" o "entiendo" algo del otro, sino cómo una conciencia puede estar orientada hacia otra conciencia sin reducirla a objeto ni convertirla en interioridad propia. La intencionalidad proporciona el marco para pensar esta posibilidad sin caer ni en el solipsismo ni en la fusión.

Hay, además, una consecuencia decisiva de todo esto: la empatía no se deja medir sólo por la intensidad emocional ni sólo por la corrección de ciertas inferencias. Debe ser evaluada también por la calidad de su intencionalidad. ¿A qué está verdaderamente dirigida mi conciencia cuando creo empatizar? ¿Al otro como sujeto, o a mi

propia emoción ante él? ¿A su mundo vivido, o a mi teoría sobre él? ¿A su vulnerabilidad real, o a una imagen simplificada que me conviene? La fenomenología de la empatía obliga a hacer esta pregunta. Y al hacerla, muestra que la autenticidad del acto depende tanto de su orientación como de su contenido.

Puede decirse, por tanto, que la intencionalidad es lo que salva a la empatía de ser confundida con puro estado interior del que empatiza. El acto empático no está centrado en lo que me pasa a mí al escuchar o mirar al otro, aunque eso importe. Está centrado en el otro en cuanto sujeto de una experiencia que comparece para mí. Ésta es la esencia intencional del fenómeno. Si mi emoción me devuelve siempre a mí mismo, no estoy empatizando de verdad. Si mi interpretación convierte al otro en simple objeto de saber, tampoco. Sólo hay empatía cuando la conciencia se dirige al otro como otro y deja que esa alteridad organice la forma misma del acto.

La formulación más rigurosa de este apartado sería ésta:

La empatía es un acto intencional específico en el que la conciencia se dirige a una experiencia ajena que se le da de manera no originaria pero real, a través de la expresión corporal y de un mundo compartido, conservando en el mismo acto la diferencia entre la vivencia del otro y la propia.

Ésta es la base para comprender por qué la fenomenología de la empatía exige ahora un paso más. Si la conciencia puede dirigirse así a la experiencia ajena, hay que aclarar todavía mejor la relación entre empatía, percepción e interpretación. ¿Vemos al otro o lo interpretamos? ¿Qué parte de la empatía es inmediatamente dada y qué parte exige elaboración? Ésa será la cuestión siguiente.

8.2. Empatía, percepción e interpretación

Una de las preguntas más delicadas de toda fenomenología de la empatía es ésta: **cuando comprendemos la experiencia de otro, ¿la percibimos o la interpretamos?** La pregunta parece técnica, pero en realidad toca el nervio mismo del problema. Si la empatía fuera pura percepción, el otro se me daría de una manera casi inmediata, como se me da un color o una forma visible. Si fuera pura interpretación, el acceso al otro quedaría enteramente mediado por una construcción de sentido elaborada por mí a partir de indicios externos. En el primer caso, se correría el riesgo de una ingenuidad excesiva. En el segundo, el riesgo sería reducir al otro a hipótesis. La verdad fenomenológica exige escapar de ambas simplificaciones.

Comencemos por la percepción. Hay algo profundamente verdadero en afirmar que el otro se me da perceptivamente. No porque perciba su interioridad del mismo modo en que percibo una superficie material, sino porque su cuerpo comparece ya como cuerpo expresivo. No veo meramente contracciones musculares y luego deduzco, con frialdad, una emoción. Veo de entrada un rostro triste, una tensión defensiva, una mirada avergonzada, una voz quebrada. En este sentido, la empatía se apoya en una dimensión perceptiva real. El otro no es una construcción enteramente posterior. Se presenta ya como alguien. Su cuerpo no es percibido primero como cosa neutral y sólo después como portador de interioridad. Su expresividad forma parte de la percepción misma.

Sin embargo, sería un error detenerse aquí y concluir que la empatía es pura percepción inmediata. Porque la experiencia del otro no se me da con la transparencia con que se da un objeto simplemente visible. Un rostro “triste” puede ser cansancio, humillación, duelo, derrota, resentimiento o una mezcla compleja de varios sentidos.

Una voz “tensa” puede nacer del miedo, de la ira contenida, de la vergüenza o de la necesidad de no quebrarse. Lo que aparece perceptivamente no agota lo que significa. La expresividad percibida abre una vía de acceso, pero no resuelve por sí sola el contenido pleno del mundo vivido ajeno. Por eso la empatía exige interpretación.

Ahora bien, “interpretación” tampoco debe entenderse de forma simplista. No se trata de una construcción arbitraria, de una libre invención psicológica o de un añadido totalmente exterior a lo dado. Interpretar, en el contexto de la empatía, significa **desplegar el sentido de lo que ya comparece de manera expresiva**. No parte de cero. Parte de un rostro, de un silencio, de un gesto, de una escena, de una palabra, de una historia compartida, de un cuerpo que ya remite a una interioridad. La interpretación empática no fabrica ex nihilo el mundo del otro; trata de comprender mejor lo que ya se anuncia en su presencia.

Podría decirse, entonces, que la empatía se sitúa en una zona intermedia: **hay en ella una percepción ya cargada de sentido y una interpretación que explicita, corrige o profundiza ese sentido**. Esta fórmula es decisiva. La percepción sola no basta, porque la interioridad ajena no se deja leer de manera totalmente inmediata. La interpretación sola tampoco basta, porque el otro no es mera proyección de mis esquemas. La experiencia humana del otro tiene una estructura híbrida: algo se da y algo debe ser comprendido. La empatía es justamente el trabajo de habitar bien esa relación entre donación y esclarecimiento.

Esta relación puede pensarse de forma más precisa si distinguimos tres niveles.

En un primer nivel, hay una **captación expresiva inmediata**. El otro me aparece como afectado de algún modo: retraído, exaltado, abatido, inquieto, vulnerable, hostil, herido. Esta captación no es todavía una comprensión plena, pero tampoco una pura observación neutra. Es ya percepción de alguien, no de algo.

En un segundo nivel, hay una **interpretación situacional**. Intento comprender qué significa esa expresión en este contexto: qué ha ocurrido, qué relación está en juego, qué antecedentes pesan, qué sentido toma la escena desde el mundo del otro.

En un tercer nivel, hay una **interpretación más profunda del horizonte vivido**. Aquí ya no se trata sólo de comprender una reacción puntual, sino la estructura de mundo desde la que esa reacción surge: qué fragilidad, qué expectativa, qué historia, qué imagen de sí, qué miedo o qué deseo organizan el modo en que el otro vive esto.

La empatía madura se mueve entre estos tres niveles. No se queda en la primera impresión, pero tampoco desprecia la evidencia inicial de la expresividad. No se precipita a la interpretación total, pero tampoco finge que el otro se entregue sin mediaciones. Aprende a dejarse orientar por lo que aparece y, al mismo tiempo, a no absolutizar la primera apariencia.

Aquí conviene introducir una diferencia muy importante entre **interpretación empática** e **interpretación dominadora**. La primera se deja corregir por el otro, por el contexto y por la resistencia de la experiencia ajena a ser reducida demasiado rápido. La segunda, en cambio, usa al otro como superficie donde confirmar una teoría previa. La primera pregunta: “¿qué me está mostrando realmente esta presencia?” La segunda decide demasiado pronto: “ya sé lo que esto significa”. La primera es humilde y revisable. La segunda es

segura de sí y colonizadora. Ambas interpretan, pero sólo la primera merece el nombre de empática.

Esta distinción es crucial porque muchas personas creen estar empatizando cuando en realidad están interpretando al otro desde categorías rígidas. Ven, por ejemplo, una reacción intensa y concluyen de inmediato: “está proyectando un trauma”, o “es puro victimismo”, o “esto viene de una herida narcisista”, o “se siente abandonado porque depende emocionalmente”. Puede ocurrir que algo de eso sea verdadero. Pero si la interpretación llega demasiado pronto, antes de dejar comparecer suficientemente el mundo del otro, se transforma en una forma de violencia cognitiva. Ya no se escucha; se clasifica. Ya no se acompaña el sentido; se lo reemplaza.

Ahora bien, también hay un error contrario: desconfiar tanto de la interpretación que se quiera reducir la empatía a una especie de pura contemplación de lo que aparece. Pero esto es imposible. Toda percepción humana del otro está ya, en algún grado, cargada de interpretación. No vemos simplemente líneas y colores. Vemos tristeza, tensión, apertura, amenaza, recogimiento. Incluso la captación más inmediata de un rostro como “alegre” o “abatido” supone una síntesis de sentido. La interpretación no es un añadido accidental a la experiencia del otro; pertenece a su estructura. Lo decisivo no es eliminarla, sino hacerla más fina, más responsable y más consciente de su falibilidad.

Este carácter inevitable de la interpretación tiene una consecuencia importante: la empatía nunca es completamente automática. Requiere trabajo. Requiere atención sostenida, contraste, escucha, corrección de primeras impresiones, paciencia para dejar que una situación muestre mejor su sentido. El otro no es legible de un golpe.

La primera percepción puede orientarnos, pero la comprensión suele necesitar tiempo. A veces, lo que parecía ira resulta ser vergüenza. Lo que parecía desprecio resulta ser defensa. Lo que parecía frialdad resulta ser miedo a quebrarse. La empatía madura no idolatra su primera intuición; la somete a prueba.

Esto explica por qué la fenomenología de la empatía no puede contentarse ni con una teoría puramente perceptiva ni con una teoría puramente hermenéutica. Si todo fuera percepción, el otro estaría dado con una inmediatez demasiado simple. Si todo fuera hermenéutica, la experiencia del otro correría el riesgo de perder su fuerza originaria de presencia. La verdad está en que el otro se me da en una percepción expresiva que reclama interpretación, y en una interpretación que debe permanecer anclada en esa donación originaria. La empatía se despliega justamente en ese movimiento de ida y vuelta.

El cuerpo del otro ocupa aquí un lugar decisivo. No es sólo "materia percibida", pero tampoco un texto que pueda descifrarse sin resto. Es presencia expresiva. Esto significa que la percepción me entrega algo más que una forma física, pero algo menos que una transparencia total. El cuerpo me abre al otro y, al mismo tiempo, me obliga a interpretar con prudencia. No puedo ignorar lo que veo, oigo y siento en su presencia; tampoco puedo convertir esa percepción en una sentencia definitiva. La fenomenología de la empatía debe respetar esta tensión.

También el lenguaje del otro participa de esta estructura doble. Sus palabras son percibidas como dichas por alguien en cierto tono, con cierta cadencia, con ciertas vacilaciones, énfasis o rupturas. Pero su sentido no queda fijado sólo por su literalidad. Debe ser interpretado dentro de una escena vivida. Una frase como "me da igual" puede

percibirse de entrada como desinterés. Pero dentro de una relación concreta puede significar defensa, derrota, resentimiento, vergüenza o necesidad de no implorar. La empatía no oye sólo palabras; oye mundo vivido en palabras. Y para ello necesita una percepción sensible del decir y una interpretación ajustada del significado.

Hay, además, una dimensión temporal importante en esta relación entre percepción e interpretación. La percepción expresiva suele ser más inmediata; la interpretación requiere desarrollo. Esto significa que la empatía tiene una temporalidad propia. Muchas veces comienza con una impresión global del otro —"algo está mal", "está tenso", "aquí hay dolor"— y sólo después, mediante la permanencia, la escucha y el contraste, va articulando con mayor precisión qué tipo de dolor, qué amenaza, qué herida o qué estructura de sentido están en juego. La comprensión empática no siempre nace clara; a menudo se esclarece en el tiempo. Esto la vuelve más humilde y más exigente.

Esta temporalidad también explica por qué la empatía puede fallar de maneras distintas. Puede fallar por defecto perceptivo: no ver realmente lo que el otro expresa. Puede fallar por interpretación precipitada: ver algo, pero comprenderlo mal. Puede fallar por obstinación hermenéutica: persistir en una lectura errónea a pesar de que la presencia del otro la desmienta. Puede fallar por pereza: no querer recorrer el camino desde la percepción inicial hasta la comprensión más elaborada. Todos estos fracasos muestran que la empatía no es una simple disposición sentimental, sino una práctica compleja de relación con el sentido.

Aquí se toca una verdad metodológica muy importante para todo el libro. Quien quiera comprender bien la empatía debe resistirse a dos

simplificaciones muy seductoras. La primera: “basta con mirar bien al otro”. La segunda: “todo depende de la interpretación subjetiva”. Ninguna de las dos es suficiente. Mirar bien importa, porque el otro comparece en su expresividad. Pero interpretar bien también importa, porque esa expresividad no se agota en lo inmediatamente visible. La empatía requiere una mirada pensante y un pensamiento que no se desligue de la presencia.

Podría decirse incluso que la empatía es una escuela de sobriedad contra dos soberbias. Contra la soberbia perceptiva, que cree que lo que aparece se entiende ya por completo. Y contra la soberbia interpretativa, que cree que sus categorías pueden sustituir sin residuo la singularidad de la aparición. La primera confía demasiado en la impresión inmediata. La segunda, demasiado en sus esquemas. La empatía fuerte corrige ambas: recibe con seriedad lo que aparece y, al mismo tiempo, mantiene abierto el trabajo de comprenderlo mejor.

Esto tiene una gran importancia ética. Si reduzco al otro a pura percepción, puedo apresurarme a juzgarlo según lo que muestra. Si lo reduzco a pura interpretación, puedo someterlo a una teoría que no lo deje respirar. Sólo cuando mantengo juntas percepción e interpretación de manera justa puedo responder sin cosificar ni invadir. La empatía, bien entendida, no es ingenuidad de la mirada ni violencia del esquema. Es atención que se deja instruir por la presencia y pensamiento que se deja corregir por la alteridad.

La formulación más rigurosa de este apartado sería ésta:

La empatía no es ni pura percepción inmediata ni pura interpretación construida, sino una relación en la que la experiencia ajena se da perceptivamente como expresión

encarnada y exige, al mismo tiempo, una interpretación situada que despliegue su sentido sin sustituirla por una teoría previa.

Con esto queda aclarada una de las cuestiones más sutiles de la fenomenología de la empatía. La experiencia ajena no se ve como una cosa ni se inventa desde cero: comparece en la expresión y reclama comprensión. El siguiente paso consistirá en examinar una de las formulaciones filosóficas más profundas de este problema: la idea de la empatía como experiencia **sui generis**, una experiencia de tipo propio, irreductible tanto a la percepción ordinaria como a la inferencia o a la imaginación. Allí la reflexión alcanzará un grado mayor de precisión.

8.3. Edith Stein y la empatía como experiencia *sui generis*

Pocas elaboraciones filosóficas han comprendido con tanta precisión la singularidad de la empatía como la de Edith Stein. Su importancia no reside sólo en haber tratado el tema de manera sistemática, sino en haber visto con claridad que la empatía no puede ser reducida ni a percepción ordinaria, ni a inferencia, ni a imaginación proyectiva, ni a simple contagio afectivo. La empatía, para Stein, es una experiencia **sui generis**: una experiencia de tipo propio, con estructura irreductible, mediante la cual la vivencia de otro se hace presente para mí como vivencia ajena.

La expresión *sui generis* debe tomarse aquí con toda seriedad. Significa que la empatía no es una mezcla accidental de operaciones ya conocidas, sino un acto con forma específica. No es mera percepción, porque no percibo la vivencia ajena como percibo una cosa material. No es inferencia, porque no concluyo lógicamente la existencia del dolor del otro a partir de signos exteriores como quien resuelve un silogismo. No es imaginación libre, porque no invento arbitrariamente una experiencia posible desde mis propios

contenidos. No es tampoco reproducción interna de un estado ajeno, porque entonces dejaría de ser experiencia del otro como otro. La empatía pertenece a un género propio de experiencia: presencia no originaria de una vivencia originaria ajena.

Esta fórmula es una de las más fecundas para pensar el problema. La vivencia del otro es originaria para él: la vive en primera persona. Para mí, en cambio, esa vivencia no se da originariamente. No siento su dolor como él lo siente, no habito su vergüenza como él la habita, no padezco su miedo desde el centro mismo de su conciencia. Y, sin embargo, esa vivencia no me es totalmente extraña ni se reduce a mera hipótesis. Se me hace presente. Pero se me hace presente justamente como no originaria para mí y originaria para otro. La empatía consiste en esta estructura paradójica: acceso real sin apropiación originaria.

Aquí se ve con nitidez por qué Stein resulta tan importante. Ella logra pensar al mismo tiempo dos cosas que suelen separarse o confundirse. Por un lado, que la experiencia del otro es accesible. Por otro, que no deja de ser suya. La empatía, entonces, no destruye la diferencia entre primera y segunda persona, ni convierte al otro en objeto opaco. Mantiene la alteridad en el corazón mismo del acceso. Ésta es quizá una de las formulaciones más filosóficamente altas del concepto. Porque evita tanto el solipsismo como la fusión. La vivencia ajena se presenta realmente, pero en una modalidad que preserva su ajenidad.

Stein ve además con claridad que esta experiencia no es secundaria en un sentido trivial. No es una construcción tardía añadida a un mundo inicialmente vacío de otros. Forma parte de la estructura misma de la vida humana compartida. El otro no aparece primero como cosa y sólo después como sujeto inferido. Se da ya como

portador de una interioridad que comparece a través de su cuerpo, de su gesto, de su expresión. La empatía es la forma en que esa interioridad es acogida. Pero no la acoge como si pudiera absorberla en una coincidencia plena. La acoge como vivencia ajena presente.

Esta idea permite precisar mejor la diferencia entre empatía y percepción. Cuando percibo una mesa, la mesa se me da como cosa espacial, con perfiles que puedo recorrer, con lados visibles y no visibles, dentro de una unidad material relativamente estable. La vivencia del otro no se me da así. No tiene el mismo modo de donación. No está ahí como objeto físico plenamente desplegable. Comparece en la expresión corporal, sí, pero no se identifica con ella. Su modo de presencia es indirecto, mediado, no originario. Y, sin embargo, no por eso deja de ser experiencia. De ahí la necesidad de reconocer en la empatía un tipo de acto específico.

También permite distinguirla de la imaginación. Puedo imaginar cómo sería estar en cierta situación. Puedo incluso representarme con bastante viveza una pérdida, un miedo o una humillación. Pero imaginar no es todavía empatizar. En la imaginación puedo moverme libremente dentro de posibilidades propias o proyectadas. En la empatía, en cambio, estoy remitido a una vivencia que no es mía y cuya realidad no depende de mi fantasía. No la produzco. Me sale al encuentro en el otro. Mi imaginación puede colaborar en el esfuerzo por comprender su perspectiva, pero no constituye por sí sola la estructura del acto empático. Si la empatía fuera mera imaginación, el otro quedaría demasiado subordinado a mi mundo interior.

Tampoco puede reducirse a inferencia. La explicación inferencial diría algo así: veo ciertos signos exteriores —lágrimas, temblor, retirada corporal— y concluyo que hay tristeza, miedo o dolor. Pero esta explicación no hace justicia a la experiencia ordinaria.

Normalmente no operamos así. No pasamos por una secuencia lógica explícita. El otro se nos presenta ya como triste, herido o tenso. Es verdad que luego podemos interpretar mejor o peor esa primera presencia, pero su aparecer no tiene la forma fría de una conclusión lógica. Stein capta muy bien este punto. La empatía no deduce al otro; lo recibe en una modalidad específica de donación.

Ahora bien, decir que la empatía es experiencia *sui generis* no significa convertirla en un misterio inanalizable. Al contrario. Significa tomar en serio su diferencia para poder describirla mejor. Y una de las grandes aportaciones de Stein consiste precisamente en mostrar que la empatía tiene niveles. A veces la vivencia ajena comparece de manera inmediata y todavía vaga: veo el dolor del otro en su expresión. Otras veces esa vivencia se despliega con más contenido: entro en la estructura de la situación que la sostiene. Otras, se vuelve aún más profunda: llego a comprender algo de la configuración personal desde la cual esa experiencia adquiere el sentido que tiene. Esta estratificación muestra que la empatía no es un acto instantáneo y plano. Tiene profundidad, desarrollo y grados de explicitación.

Esto es extremadamente importante, porque corrige la idea de que empatizar sería simplemente “captar una emoción”. No. Lo que empieza como presencia inmediata de una vivencia ajena puede desarrollarse en una comprensión más rica de su horizonte. Veo el dolor, luego empiezo a entender de qué pérdida nace, luego capto qué imagen de sí se ha quebrado, qué mundo ha cambiado, qué amenaza se ha instalado. La empatía no es una fotografía estática del estado del otro. Es una experiencia que puede profundizarse. Y esa profundización no destruye su carácter originariamente no propio. Lo conserva.

Stein también ayuda a comprender que la empatía no es simple introspección trasladada al otro. Yo no tengo acceso a la interioridad ajena volviendo más intensamente hacia dentro de mí. Al contrario: salgo de la clausura del yo y me abro a una presencia que no se origina en mí. La empatía es, en este sentido, una forma de trascendencia hacia la alteridad. No es regreso narcisista, sino movimiento hacia una experiencia que me excede. Esto vuelve particularmente fecunda la noción de empatía para una crítica del egocentrismo. No sólo porque me enseñe a ser "más sensible", sino porque me muestra que la realidad humana no se agota en la evidencia de mi propia autoconciencia.

De este modo, la empatía se vuelve también condición del mundo común. Sin ella, cada conciencia quedaría mucho más encerrada en sí. Habría coexistencia espacial, lenguaje, quizá coordinación funcional, pero no verdadero acceso a la interioridad ajena. La empatía permite que el otro no sea sólo cuerpo entre cuerpos, sino sujeto entre sujetos. Gracias a ella, la comunidad humana no es simple agregación de individuos opacos, sino espacio donde las vivencias de unos pueden hacerse presentes para otros sin dejar de ser propias. Stein ve aquí una dimensión antropológica de gran profundidad: la empatía no es ornamento de la convivencia, sino uno de sus fundamentos.

Hay todavía otra razón por la cual su análisis es tan valioso. Al insistir en que la empatía es experiencia *sui generis*, Stein impide que el concepto sea colonizado enteramente por la psicología vulgar o por la moralización superficial. La empatía no es sólo "ser buena persona", ni "sentir mucho", ni "ponerse en el lugar del otro" en un sentido banal. Es una estructura fenomenológica compleja. Antes de convertirse en virtud culturalmente prestigiosa, es una modalidad

de acceso al otro. Y si se olvida esto, el término se vuelve demasiado blando y demasiado fácil. Stein devuelve al concepto su espesor original.

Pero su propuesta no debe ser malinterpretada como si alabara una empatía infalible. Precisamente porque la vivencia ajena me es dada de manera no originaria, la empatía está expuesta al error. Puedo recibir mal lo que comparece, interpretarlo de manera parcial, deformarlo por mis propios esquemas, apresurarme a una comprensión excesiva. La estructura *sui generis* del acto no lo vuelve perfecto. Lo vuelve distinto. La falibilidad no niega la experiencia empática; forma parte de ella. Sólo una experiencia real puede fallar realmente. Esto es importante porque permite conjugar acceso y modestia: el otro se me da, pero no de tal modo que yo pueda arrogarme una posesión plena de su interioridad.

Desde esta perspectiva, se entiende mejor por qué la empatía necesita de la humildad. Si la vivencia ajena es presente para mí sin ser originaria en mí, entonces toda comprensión lleva en sí una reserva. Puedo captar algo verdadero y, sin embargo, no agotarlo. Puedo haber llegado muy hondo y, sin embargo, no poder hablar jamás como si esa experiencia fuera sencillamente mía. La fenomenología steiniana preserva esta modestia mejor que muchas formulaciones sentimentales del término. Nos permite comprender de verdad al otro sin convertirnos en dueños de lo comprendido.

También aclara de manera indirecta la diferencia entre empatía y acuerdo. Si la empatía es experiencia de la vivencia ajena como vivencia ajena, entonces su acto se cumple antes del asentimiento. Puedo acoger la tristeza, la vergüenza o la indignación del otro como real para él sin haber decidido todavía si su interpretación es correcta. Esta prioridad fenomenológica de la comprensión sobre el

juicio resulta decisiva para todo lo que hemos venido defendiendo. Comprender no es asentir porque el acto empático tiene su propia forma antes de toda evaluación posterior.

La formulación más precisa que puede extraerse aquí sería ésta:

La empatía es una experiencia *sui generis* en la que una vivencia ajena se hace presente a mi conciencia de modo no originario pero real, conservando en el mismo acto la diferencia entre la originariedad del vivir del otro y la no originariedad de mi acceso a él.

Ésta es una definición filosóficamente muy fuerte. En ella se condensa buena parte de lo mejor que puede pensarse sobre el tema. No hay transparencia total. No hay inferencia pura. No hay proyección libre. No hay fusión. Hay presencia ajena real en modalidad no originaria. Y precisamente ahí la alteridad se vuelve pensable sin ser destruida.

A partir de aquí se abre una última cuestión dentro de este capítulo: si la empatía es este acceso no originario pero real a la vivencia ajena, entonces hay que preguntarse por su límite interno. No ya por su posibilidad, sino por la forma en que su propia estructura impide la posesión total del otro. Dicho de otro modo: habrá que pensar por qué toda comprensión del otro conserva necesariamente un resto y cómo ese resto no es un fracaso externo, sino parte de la verdad misma del fenómeno.

8.4. Diferencia entre presencia ajena y proyección propia

Si la empatía es una experiencia *sui generis* en la que la vivencia del otro se hace presente de modo no originario pero real, entonces aparece con toda claridad el problema que acompaña internamente a toda comprensión humana: **¿cómo distinguir lo que realmente**

comparece del otro de aquello que yo proyecto sobre él? Ésta es una de las preguntas más difíciles y más necesarias de toda teoría seria de la empatía. Porque no basta con afirmar que el otro se nos da; hay que reconocer también que el sujeto que intenta comprenderlo nunca llega vacío. Llega con historia, heridas, expectativas, temores, deseos de confirmación, esquemas interpretativos, identificaciones espontáneas y necesidades afectivas. La alteridad comparece, sí, pero comparece ante una conciencia que puede deformarla.

La proyección es precisamente ese fenómeno por el cual el sujeto atribuye al otro sentidos, emociones, motivos o estructuras que brotan, en parte o en todo, de su propio mundo interior. No siempre se trata de una falsificación grosera o consciente. A menudo la proyección es sutil, casi inevitable en sus formas mínimas, y nace de algo muy humano: tendemos a comprender lo desconocido a partir de lo conocido, y lo más conocido para nosotros es nuestra propia experiencia. Hay en ello una posibilidad fecunda, porque la propia vida puede servir como puente inicial hacia el otro. Pero ese mismo puente puede convertirse en sustitución. Lo que debía ser mediación se vuelve ocupación. El otro deja de aparecer en su singularidad y comienza a ser leído como variación de mí mismo.

Éste es uno de los mayores peligros de la empatía. No la ausencia de sensibilidad, sino su deformación egocentrada. El sujeto cree comprender profundamente porque encuentra en el otro un eco de sí. Dice: “sé lo que te pasa”, “eso es exactamente como me ocurrió a mí”, “en el fondo sientes esto por esta razón”. A veces algo de eso puede ser verdadero. Pero el problema no está en toda analogía; está en la rapidez con que la analogía se absolutiza. La propia experiencia deja de ser un punto de partida tentativo y se convierte en medida

suficiente del otro. La alteridad queda entonces colonizada por la familiaridad. Ya no se escucha al otro; se lo traduce demasiado pronto a una historia que ya estaba dentro de uno.

La distinción entre presencia ajena y proyección propia exige, por tanto, una vigilancia constante sobre el acto mismo de comprender. No basta con preguntarse qué le pasa al otro. Hay que preguntarse también: **¿cuánto de lo que creo ver pertenece realmente a su mundo y cuánto proviene de mi necesidad de darle forma desde el mío?** Esta segunda pregunta es difícil porque hiere la confianza espontánea del yo en su propia capacidad de captar. Nos obliga a sospechar no sólo de nuestras cegueras, sino también de nuestras seguridades empáticas. La mala comprensión no nace siempre de la frialdad o de la indiferencia; puede nacer también de una cercanía demasiado segura de sí.

La proyección adopta varias formas. La más evidente es la **proyección autobiográfica**. Consiste en trasladar una experiencia personal fuerte a la situación del otro y leerla desde ahí sin suficiente corrección. Alguien cuenta una herida de abandono, y enseguida la interpreto desde mi propia historia de abandono. Alguien se siente humillado, y yo, habiendo vivido humillaciones profundas, doy por sentado que está pasando por lo mismo. Esta proyección suele ir acompañada de una convicción afectivamente intensa: “lo entiendo perfectamente”. Pero la intensidad subjetiva de esa convicción no garantiza su verdad. A veces simplemente indica que el relato del otro ha tocado una zona mía demasiado activa como para dejarme escucharlo con precisión.

Otra forma es la **proyección tipológica**. Aquí el sujeto no proyecta tanto una experiencia singular como una categoría general sobre el otro: “está reaccionando desde una herida narcisista”, “esto es

claramente dependencia afectiva", "aquí lo que hay es miedo al rechazo", "esto es puro resentimiento". Algunas de estas categorías pueden tener valor interpretativo real. El problema empieza cuando su aplicación es tan rápida que anula la singularidad. El otro deja de ser esta persona en esta situación y se convierte en ejemplar de un tipo. La teoría reemplaza a la escucha. La comprensión se hace más ordenada y menos verdadera.

Una tercera forma es la **proyección deseante**. No atribuimos al otro tanto lo que hemos vivido o pensado, sino lo que necesitamos que esté viviendo para que nuestra posición afectiva quede confirmada. Necesitamos que esté mejor para no sentir culpa; necesitamos que nos haya perdonado para no soportar la tensión; necesitamos que nos ame de una determinada manera; necesitamos que su dolor tenga tal causa y no otra. Entonces "vemos" en él una disposición que en realidad responde a nuestro deseo. La proyección no siempre nace del pasado; también puede nacer del interés actual del yo en estabilizar cierta escena relacional.

Hay además una forma particularmente sutil y frecuente: la **proyección moral**. Aquí el sujeto interpreta al otro según el papel ético que necesita asignarle: víctima pura, culpable evidente, herido legítimo, manipulador sin resto, ser noble, egoísta sin atenuantes. La experiencia ajena queda así absorbida por una economía moral previa. Ya no se intenta comprenderla con la paciencia que merece, sino ubicarla dentro de un reparto moral tranquilizador. Esta proyección es muy común en contextos de conflicto, donde la complejidad del otro resulta incómoda porque debilita la claridad emocional del propio juicio.

Frente a todas estas formas, la fenomenología de la empatía exige una disciplina de diferenciación. No podemos eliminar del todo el

riesgo de proyectar, pero sí podemos aprender a reconocerlo, limitarlo y corregirlo. Para ello hacen falta varias actitudes.

La primera es la **suspensión de la certeza prematura**. Cuanto más rápidamente siento que "ya entendí", más motivo tengo para preguntarme si no estoy simplemente rellenando al otro con material propio. La comprensión genuina suele ser más lenta, más matizada y menos triunfal. No porque sea siempre vacilante, sino porque sabe que el otro no se deja poseer de una vez. La seguridad excesiva es, muchas veces, signo de proyección más que de lucidez.

La segunda es la **escucha de la resistencia**. El otro no siempre confirma la imagen que me hago de él. A veces sus palabras, sus silencios, sus matices o sus rectificaciones resisten mi esquema. Esa resistencia es preciosa. La proyección quiere vencerla o ignorarla. La empatía madura, en cambio, la toma como señal de que el otro sigue siendo otro. Aprender a escuchar esa resistencia es una de las formas más altas de respeto fenomenológico. Significa permitir que la alteridad no encaje perfectamente en mi primera lectura.

La tercera es la **vigilancia sobre la propia emoción**. Una emoción muy intensa ante el dolor o el relato del otro puede ser signo de cercanía real, pero también de activación excesiva de la propia historia. Cuanto más me conmueve algo, más debo preguntarme si esa conmoción me está ayudando a entrar en el mundo del otro o si me está devolviendo demasiado rápido al mío. La emoción no es enemiga de la empatía; pero cuando domina sin examen, favorece mucho la proyección.

La cuarta es la **disposición a corregirse**. La comprensión empática no puede pensarse como sentencia, sino como aproximación revisable. Esto no significa relativismo total ni inseguridad perpetua,

sino capacidad de dejar que nuevas expresiones, contextos o palabras del otro modifiquen mi lectura. La proyección se encierra en sí misma. La empatía verdadera permanece expuesta a la corrección.

Aquí se vuelve especialmente importante la diferencia entre **analogía legítima** y **reducción proyectiva**. La analogía legítima usa la propia experiencia como punto de partida tentativo para acercarse al otro. Dice: “esto me recuerda algo que conozco, pero quiero ver si realmente se parece y en qué no”. La reducción proyectiva, en cambio, convierte esa semejanza inicial en equivalencia. Dice: “como yo conozco esto, ya sé lo que te pasa”. La primera abre; la segunda clausura. La primera usa el yo para salir de sí; la segunda usa al otro para volver a sí.

Ésta es una distinción de enorme valor práctico. No se trata de prohibir toda referencia a la propia experiencia. Sería artificial y, en muchos casos, empobrecedor. La propia vulnerabilidad puede volvernos más finos para captar ciertas realidades. Quien ha sufrido una pérdida puede reconocer con mayor hondura el temblor de otra pérdida. Quien ha conocido la vergüenza puede advertir mejor ciertas tonalidades de exposición humillante. Pero ese saber sólo se vuelve empático si conserva la conciencia de la diferencia. La experiencia propia sirve como recurso, no como criterio absoluto. Ilumina, pero no decide por sí sola.

La diferencia entre presencia ajena y proyección propia también exige atender a la **opacidad legítima** del otro. No todo se deja comprender del todo, no todo se deja nombrar enseguida y no todo encaja en una explicación clara. La proyección suele ser enemiga de esta opacidad. Quiere resolver, traducir, explicar, poseer. La empatía madura acepta que puede haber zonas todavía no esclarecidas,

contradicciones no resueltas, mezclas afectivas difíciles de ordenar. Esta aceptación no es derrota de la comprensión, sino respeto por la complejidad de la vida ajena. Quien necesita entenderlo todo demasiado pronto corre el riesgo de inventar lo que no puede esperar.

Hay además una verdad más honda: la posibilidad de proyección muestra que la empatía no es un acto puramente transparente ni moralmente puro por sí mismo. El sujeto que comprende está comprometido en lo que comprende. No puede observar al otro como desde fuera del juego. Su historia está implicada, su deseo está implicado, su miedo está implicado. Esto no vuelve imposible la comprensión; la vuelve ética en un sentido muy exigente. Comprender al otro exige también trabajar sobre uno mismo. La fenomenología de la empatía desemboca, así, en una ética de la autovigilancia: no basta mirar al otro; hay que vigilar qué hace el yo con esa mirada.

Esta autovigilancia no debe convertirse en parálisis. Sería un error concluir que, como siempre podemos proyectar, entonces nunca comprendemos realmente nada del otro. Esa conclusión repetiría, por otra vía, el gesto del solipsismo. La proyección es un riesgo permanente, no una condena total. La presencia ajena es real y puede corregir nuestras falsas lecturas. El cuerpo, la palabra, la situación, el tiempo compartido y la resistencia misma del otro a ser reducido son fuentes de corrección. La empatía es posible precisamente porque el otro no depende enteramente de mi construcción; comparece de manera suficiente como para desafiarla.

Se podría formular la relación entre presencia y proyección del siguiente modo: la presencia ajena es aquello que en la experiencia

me sale al encuentro como no enteramente producido por mí; la proyección propia es el intento, muchas veces inadvertido, de rellenar ese encuentro con materiales del yo. La tarea de la empatía consiste en dejar que prevalezca la presencia sobre la proyección, sin fingir que esta última desaparecerá por completo. Ésa es una tarea interminable, pero no por ello inútil. Al contrario: es uno de los nombres más rigurosos de la honestidad empática.

Todo esto tiene implicaciones directas para el juicio moral. Si no distingo bien entre presencia ajena y proyección propia, correré el riesgo de atribuir al otro no sólo vivencias equivocadas, sino también responsabilidades, intenciones o significados que le pertenecen más a mi lectura que a su realidad. Puedo leer hostilidad donde había defensa, manipulación donde había desorientación, frialdad donde había miedo a quebrarse, o, en el extremo contrario, pureza donde había cálculo, inocencia donde había autoengaño, profundidad donde había dramatización. La falta de autovigilancia proyectiva hace que tanto la condena como la absolución se vuelvan menos verdaderas.

Por eso la fenomenología de la empatía no conduce a una confianza ingenua en la propia intuición, sino a una mezcla de apertura y modestia. Abierta, porque el otro se da realmente. Modesta, porque lo que se da puede ser mal recibido, cubierto, deformado o apresado por el yo. El equilibrio entre ambas actitudes es uno de los signos más seguros de una empatía madura. Allí donde sólo hay confianza, aparece la apropiación. Allí donde sólo hay sospecha, aparece la parálisis o la indiferencia.

La formulación más rigurosa de este apartado sería ésta:

La empatía sólo es verdadera en la medida en que distingue la presencia efectiva de una experiencia ajena de las proyecciones

con las que el yo tiende a rellenarla, permitiendo que el otro corrija, resista y desborde las categorías con las que inicialmente se intenta comprenderlo.

Ésta es una de las pruebas más exigentes del concepto. No basta con dejarse tocar ni con interpretar agudamente. Hay que saber cuándo lo que creo comprender pertenece realmente al otro y cuándo es todavía una prolongación de mí mismo. Sin esta distinción, la empatía se convierte con facilidad en una forma refinada de narcisismo.

A partir de aquí puede darse ya el último paso de este capítulo: mostrar que toda comprensión del otro lleva en sí un límite interno irrebasable, no como fracaso accidental, sino como parte de la verdad misma de la alteridad. Allí la fenomenología de la empatía encontrará su formulación más sobria y más alta.

8.5. El límite interno de toda comprensión del otro

Toda fenomenología rigurosa de la empatía desemboca finalmente en una verdad sobria y difícil: **la comprensión del otro tiene un límite interno que no puede ser eliminado sin destruir aquello mismo que se quiere comprender**. Este límite no es un accidente externo, no es una mera imperfección psicológica, no es sólo resultado de nuestra torpeza o de nuestra falta de atención. Pertenece a la estructura misma de la alteridad. El otro puede hacerse presente, puede ser comprendido en grados reales y profundos, puede dejar comparecer su mundo vivido de manera significativa; pero nunca deja de ser, en algún sentido esencial, otro. Y por eso toda comprensión empática auténtica lleva dentro de sí una reserva.

Esta reserva no debe confundirse con fracaso. Éste es el punto decisivo. La sensibilidad contemporánea, tan inclinada a pensar en términos de acceso pleno, autenticidad total y transparencia relacional, tiende a interpretar todo límite como insuficiencia lamentable. Querría que comprender bien al otro significara poder agotarlo, leerlo por completo, no dejar resto alguno entre su experiencia y nuestra captación de ella. Pero esa expectativa es filosóficamente falsa y humanamente peligrosa. Falsa, porque la alteridad humana no admite esa clase de posesión. Peligrosa, porque cuando se intenta alcanzarla se cae fácilmente en la proyección, en la apropiación o en la violencia interpretativa. El límite no rebaja la empatía. La purifica.

La razón de fondo es clara. El otro no es un objeto cuya interioridad pueda desplegarse enteramente ante mí como una cosa explorada desde todos sus ángulos. Tampoco es una extensión de mí mismo, ni una experiencia latente que yo pudiera despertar en mi interior para conocerla plenamente. Es un centro de vivencia originaria que nunca coincide con el mío. Puedo aproximarme a cómo se le da el mundo. Puedo comprender la lógica de su miedo, de su vergüenza, de su duelo o de su esperanza. Puedo acompañar con hondura su sufrimiento. Pero no puedo ocupar el lugar desde el cual él vive todo eso. No puedo convertir su originariedad en la mía sin dejar de tratarla como ajena. El límite interno de la empatía está inscrito en esa diferencia irreductible.

Esto obliga a formular una distinción muy importante entre **comprensión suficiente** y **comprensión total**. La primera es posible y, de hecho, ocurre muchas veces en la experiencia humana. Podemos comprender lo suficiente como para acompañar, corregir con justicia, consolar, orientar, amar mejor, no cosificar y no juzgar a

ciegas. La segunda, en cambio, no es una meta realista ni legítima. Pretender comprensión total equivale a desconocer que toda interioridad tiene una dimensión no enteramente traducible al exterior, ni siquiera al exterior más íntimo del lenguaje compartido, del gesto, de la historia relatada y del vínculo profundo. La empatía madura renuncia a la totalidad sin renunciar por ello a la profundidad.

Hay aquí una lección antropológica de gran valor. El ser humano no está hecho para la fusión perfecta entre conciencias, sino para una forma de cercanía donde la distancia nunca desaparece del todo. Esto no debe entristecernos como si se tratara de una derrota del vínculo. Más bien define su verdad. La intimidad humana no consiste en la eliminación completa del secreto, de la reserva o de la opacidad, sino en la posibilidad de acercarse mucho sin necesitar abolirlos. El límite interno de la comprensión es, en este sentido, una condición de la dignidad del otro. Lo protege contra la ilusión de que puede ser poseído enteramente por mi saber, por mi amor o por mi sensibilidad.

Esta protección se vuelve especialmente visible en las relaciones intensas. Cuanto más se ama a alguien, más fuerte puede ser la tentación de creer que uno debería comprenderlo absolutamente. La decepción frente al límite aparece entonces como si el vínculo fallara: “si me amaras de verdad, me entenderías del todo”; “si yo te conociera realmente, no habría en ti nada que me sorprendiera”; “si nuestra cercanía fuera plena, ya no habría resto entre lo que sientes y lo que yo capto”. Pero estas frases expresan una concepción empobrecida del encuentro. El amor y la amistad más hondos no consisten en haber eliminado la alteridad, sino en haber aprendido

a habitarla sin miedo. La imposibilidad de una comprensión total no destruye el vínculo verdadero; lo vuelve más humilde y más real.

También la vida moral sale ganando con esta aceptación del límite. Quien cree comprender enteramente al otro queda demasiado expuesto a la soberbia. Ya no escucha de verdad. Ya no deja que el otro se siga mostrando. Ya no acepta corrección. Habla como si la experiencia ajena estuviera ya consumada en su lectura. Éste es uno de los modos más finos de la violencia relacional: usar la propia supuesta profundidad para clausurar al otro. En cambio, quien entiende que toda empatía conserva un límite puede acercarse con mayor respeto. No se instala en una falsa omnisciencia. Permanece atento. Sabe que incluso después de haber comprendido mucho, todavía no tiene derecho a tratar al otro como texto ya agotado.

Ahora bien, afirmar el límite interno de la comprensión no significa sacralizar una opacidad absoluta. No significa que el otro sea un misterio insondable del cual no podamos decir nada verdadero. La tentación contraria es también equivocada. A veces, en nombre del respeto por la singularidad, se termina sosteniendo una especie de incognoscibilidad radical: como nadie puede ser plenamente otro para mí, entonces toda comprensión relevante sería ilusoria. Pero esta conclusión va demasiado lejos. El hecho de que haya límite no anula la verdad del acceso; sólo le quita pretensión de totalidad. Puedo entender algo verdadero y muy importante de la experiencia ajena sin agotarla. De hecho, toda relación humana significativa vive de esa posibilidad.

La estructura correcta no es, entonces, ni transparencia plena ni opacidad absoluta. Es **manifestación parcial suficiente**. El otro se manifiesta lo bastante como para poder ser comprendido realmente y responderle de manera no bárbara; pero no se manifiesta de tal

modo que deje de conservar un espesor propio, una reserva, una interioridad no enteramente traducida. La empatía auténtica acepta esta estructura y trabaja dentro de ella. Por eso no desespera por no poder comprenderlo todo, ni se vuelve dogmática al creer que ya lo ha comprendido todo.

Esta aceptación cambia también el tono del juicio. Quien sabe que su comprensión es real pero no total juzga de otro modo. No por eso deja de juzgar. Pero lo hace con una mezcla distinta de firmeza y modestia. Puede decir: “entiendo bastante bien qué se juega aquí para ti, y aun así creo que te equivocas”; o bien: “he llegado a comprender algo importante de tu herida, pero sé que no agoto todo lo que esto significa para ti”; o incluso: “puedo acompañarte hasta cierto punto, pero reconozco que hay una dimensión de esta experiencia que no me pertenece y que no puedo apropiarme”. Estas frases no son débiles. Son más exactas. Expresan una forma alta de responsabilidad ante la alteridad.

El límite interno de la comprensión tiene también una función ética respecto del sufrimiento. Cuando alguien sufre, hay una tentación muy fuerte de responder con frases totalizantes: “sé exactamente lo que sientes”, “te entiendo perfectamente”, “nadie podría comprenderte mejor que yo”. Estas frases buscan aliviar la soledad del dolor, pero a menudo lo hacen de una manera equívoca. Prometen una coincidencia imposible y, con ello, terminan minimizando de forma sutil la singularidad de la experiencia ajena. Una respuesta más verdadera, aunque menos espectacular, sería otra: “estoy intentando comprender lo que esto significa para ti”, “veo algo real y grave en tu dolor”, “puedo acompañarte hasta un punto verdadero, aunque sé que esto lo vives tú desde un lugar que no es el mío”. Esta respuesta no abandona; honra mejor la alteridad.

Hay además una consecuencia importante para la autocomprensión del sujeto empático. Si todo acceso al otro es limitado, entonces la empatía debe incluir una conciencia explícita de su propia falibilidad. No basta con entender que puedo equivocarme en abstracto; debo integrar esa posibilidad en la forma misma de mi escucha y de mi respuesta. Esto vuelve la empatía menos rotunda, menos triunfal, menos inclinada a la interpretación cerrada. Le da un estilo interrogativo, disponible, atento a la rectificación. Una empatía sin conciencia de límite se endurece en pseudoevidencia. Una empatía con conciencia de límite conserva apertura incluso después de haber comprendido mucho.

Esta apertura no es inseguridad patológica. No impide tomar posición. No obliga a suspender indefinidamente toda conclusión. Lo que impide es otra cosa: que mi conclusión olvide el resto que todavía se me escapa. La vida humana exige decidir, actuar, decir sí o no, acompañar, poner límites, corregir, aceptar o disentir. Todo eso sigue siendo necesario. Pero puede hacerse sin la arrogancia de quien cree abarcar enteramente la interioridad ajena. El límite interno de la comprensión no paraliza la acción; la vuelve menos ciega.

También en el plano filosófico más abstracto esta cuestión es decisiva. La fenomenología de la empatía muestra que el otro se da realmente. Pero, precisamente porque se da como otro, nunca deja de desbordar mi acceso. La alteridad no es un residuo molesto que algún día la técnica psicológica o la sensibilidad perfecta eliminarán. Es constitutiva. El otro es fuente originaria de vivencias y, por eso, nunca puede quedar del todo convertido en contenido mío. El límite interno de la empatía es simplemente la traducción

fenomenológica de esa verdad ontológica: el otro no se deja absorber porque no proviene de mí.

Aquí se revela una de las razones más profundas por las que la empatía tiene valor moral. No sólo porque me ayuda a comprender mejor, sino porque me educa en una forma de humildad. Me enseña que la relación humana más verdadera no es la posesión sino la aproximación, no la absorción sino la acogida, no la transparencia absoluta sino la fidelidad a una presencia que nunca se deja consumir del todo. Esta humildad no rebaja el vínculo; lo ennoblece. Le quita la violencia secreta del dominio total.

Podría decirse, entonces, que la gran sabiduría de la empatía consiste en unir dos movimientos en apariencia opuestos: un esfuerzo serio de aproximación y una renuncia igualmente seria a la ilusión de totalidad. Se acerca cuanto puede. No abandona al otro a la excusa de que "nunca podremos entendernos". Pero tampoco convierte ese acercamiento en derecho sobre la interioridad ajena. Avanza y se detiene a la vez. Comprende y deja ser. Se deja tocar y conserva respeto. Esta combinación es una de las formas más altas de la vida espiritual.

La formulación más rigurosa de este apartado sería ésta:

El límite interno de toda comprensión empática consiste en que la experiencia ajena puede hacerse presente de manera suficiente para una relación verdadera, pero nunca de manera tal que deje de conservar su originariedad propia y, por tanto, su irreductible excedencia respecto de la conciencia que la comprende.

Ésta es una tesis fundamental. Cierra la fenomenología de la empatía en su punto más sobrio. Hemos visto que el otro

comparece, que su cuerpo expresa interioridad, que la empatía es una experiencia *sui generis*, que debe distinguir presencia de proyección y que toda comprensión lleva dentro de sí una reserva. Todo ello conduce a una imagen del vínculo humano menos triunfalista y más verdadera: podemos acercarnos hondamente unos a otros, pero nunca poseernos sin resto. Y, precisamente por eso, la relación con el otro puede ser a la vez íntima, respetuosa y real.

PARTE IV

DISTINCIONES NECESARIAS

CAPÍTULO 9.

EMPATÍA Y CONCEPTOS VECINOS

9.1. Empatía y simpatía

Una de las causas más persistentes de confusión en torno a la empatía es su mezcla casi automática con la simpatía. En el uso corriente ambas palabras suelen aproximarse hasta casi intercambiarse, como si nombraran una misma virtud con matices secundarios. Se habla de alguien "muy empático" cuando en realidad se quiere decir que es cálido, afable, agradable, cordial o inclinadamente benévolo. Otras veces se dice que una persona "genera simpatía" y se supone, sin más, que por ello comprenderá bien el sufrimiento o la perspectiva de otros. Pero esta identificación es conceptualmente pobre. La simpatía y la empatía están relacionadas, sí, pero no son lo mismo. Y si no se las distingue con rigor, se empobrece tanto la teoría del vínculo humano como la práctica concreta del juicio, del cuidado y de la convivencia.

Conviene comenzar por una definición inicial. La **simpatía** es una disposición afectiva favorable hacia otro. Incluye cercanía, agrado, inclinación positiva, benevolencia espontánea o facilidad para sentir con alguien en un sentido relativamente amable y acogedor. En la simpatía, el otro nos resulta próximo, agradable, digno de afecto o, al menos, no hostil. Hay una tonalidad afectiva positiva que favorece el vínculo. La simpatía, por tanto, pertenece primariamente al orden de la **afinidad afectiva**. La empatía, en cambio, pertenece primariamente al orden de la **comprensión de la experiencia ajena**. Esta diferencia debe mantenerse desde el inicio. La simpatía inclina hacia alguien. La empatía intenta comprender cómo se le da el mundo a alguien.

La distinción es importante porque ambas cosas pueden coincidir, pero no se implican mutuamente. Puedo sentir simpatía por alguien y comprender muy poco de su mundo interior. Esto ocurre con frecuencia. Hay personas que nos caen bien, que nos despiertan ternura, agrado o cercanía inmediata, pero cuya complejidad real apenas llegamos a captar. También puede ocurrir lo contrario: puedo comprender con bastante hondura la perspectiva de alguien por quien no siento especial simpatía, o incluso de alguien que me resulta antipático, incómodo o moralmente problemático. Esta posibilidad es decisiva. Si la empatía dependiera de la simpatía, sería incapaz de operar allí donde más se necesita: en el conflicto, en la alteridad difícil, en la distancia afectiva, en la hostilidad y en el desacuerdo.

La simpatía tiene una estructura selectiva muy marcada. No se distribuye con neutralidad. Surge con mayor facilidad hacia quienes se nos parecen, hacia quienes encajan en nuestro gusto afectivo, hacia quienes nos resultan agradables en el trato, hacia quienes

despiertan espontáneamente nuestra inclinación. Tiene algo de atracción o consonancia. No es arbitraria, pero sí parcial. Esta parcialidad no la vuelve despreciable. La simpatía es una realidad humana valiosa. Hace más amable el mundo, suaviza los intercambios y puede ser el inicio de afectos más hondos. Pero precisamente porque está tan ligada a la afinidad, no puede ser el criterio central de la comprensión moral. La empatía, en cambio, tiene la posibilidad —si se la trabaja bien— de extenderse más allá de la simpatía espontánea. Puede dirigirse también hacia quien no despierta agrado.

Esto muestra una primera superioridad conceptual de la empatía respecto de la simpatía. La simpatía suele moverse dentro del círculo de lo afectivamente cercano. La empatía, en su forma fuerte, puede atravesar ese círculo. Puede comprender al extraño, al difícil, al equivocado, al que hiere, al que se defiende mal, al que reacciona torpemente, al que no nos gusta. No porque lo apruebe, sino porque su función no depende primero de la afinidad, sino del reconocimiento de una interioridad ajena. La simpatía une más por afinidad; la empatía abre más por descentramiento.

Hay aquí una diferencia filosófica profunda. La simpatía se apoya en una cierta consonancia entre el otro y yo. Algo en él se me vuelve agradable, familiar o amablemente habitable. La empatía, por el contrario, se prueba justamente cuando la consonancia no está dada de antemano. Su fuerza aparece en la capacidad de entrar, al menos parcialmente, en un mundo que no coincide con el mío y que incluso puede desagradarme. Esto no significa que la empatía sea indiferente a la calidad moral de lo que comprende. Significa que su primer movimiento no es de adhesión afectiva, sino de apertura comprensiva.

Por eso la simpatía no debe ser confundida con una forma superior de humanidad. Hay personas sumamente simpáticas que comprenden poco. Saben agradar, saben generar clima, saben hacer sentir bien a otros, saben mostrar amabilidad y cercanía, pero no necesariamente captan la densidad del sufrimiento o de la perspectiva ajena. Su afectividad es favorable, sí, pero puede ser superficial. Del mismo modo, hay personas poco simpáticas en la forma —secas, sobrias, poco dadas a la cordialidad expresiva— que, sin embargo, comprenden muy bien la experiencia del otro. Si medimos la empatía por el grado de simpatía visible, terminaremos premiando la agradabilidad por encima de la comprensión.

Esto no significa que la simpatía carezca de valor. Al contrario. La simpatía puede ser un acompañamiento muy importante de la empatía. Puede hacer más hospitalaria la escucha, más cálida la presencia y más llevadera la relación. Puede incluso facilitar la apertura inicial al mundo del otro. Pero no la agota. Y esto debe quedar muy firme. La simpatía hace más probable que queramos estar cerca de alguien; la empatía hace posible que comprendamos cómo vive. La primera favorece el vínculo. La segunda profundiza la relación con su interioridad.

También conviene señalar una diferencia importante en la relación con el juicio. La simpatía, por su misma estructura afectivamente favorable, tiende con más facilidad a la indulgencia. Como el otro nos agrada, nos cuesta más verlo con distancia crítica. No siempre ocurre así, pero la tendencia está ahí. La empatía, en cambio, no necesita ese agrado para comprender. Por eso puede mantenerse mejor junto al discernimiento, al menos en principio. Puedo comprender a alguien sin que me resulte agradable. Esta diferencia es muy valiosa, porque protege a la empatía de una confusión muy

típica de la simpatía: la de identificar cercanía afectiva con verdad o con justicia.

La simpatía, además, suele orientarse hacia el otro en cuanto “me cae bien”, “me es próximo”, “me inspira afecto” o “me resulta grato”. La empatía, en cambio, se orienta hacia el otro en cuanto “vive algo”, “sufre algo”, “interpreta algo”, “habita un mundo desde una perspectiva que intento comprender”. En la simpatía, el centro de gravedad sigue estando más cerca de la relación que ese otro tiene conmigo o de la afinidad que despierta en mí. En la empatía, el centro se desplaza hacia la estructura de su experiencia. Esta diferencia es sutil, pero decisiva.

Se entiende así por qué la simpatía puede ser un obstáculo para la empatía cuando se la absolutiza. Quien sólo logra abrirse a los demás a través del agrado espontáneo tenderá a comprender bien a los afines y mal a los demás. Su mundo moral se volverá estrecho, gobernado por la distribución de sus preferencias afectivas. La empatía fuerte rompe esa lógica porque introduce una obligación más seria: el otro no necesita caerme bien para que deba intentar comprenderlo. Esta exigencia ensancha de manera radical la vida ética e intelectual. Obliga a ir más allá del gusto relacional.

Hay, además, una asimetría práctica muy importante. La simpatía puede nacer sin gran esfuerzo. A veces surge de inmediato, por tono, por estilo, por presencia, por coincidencia espontánea. La empatía, en cambio, requiere a menudo trabajo. Exige descentramiento, paciencia, atención, corrección de proyecciones, escucha y suspensión del juicio precipitado. La simpatía puede ser un don temperamental o una reacción natural. La empatía es, con mucha más claridad, una disciplina de la relación. Esto no hace a la simpatía menos humana, pero sí menos suficiente.

También debe advertirse que la simpatía puede funcionar sin demasiada profundidad. Puede quedarse en un nivel socialmente amable, incluso encantador, sin tocar de verdad los estratos más densos de la experiencia. Hay personas simpáticas con las que uno se siente cómodo, pero no realmente comprendido. Su trato es agradable, su disposición es positiva, su afecto es fácil, pero su capacidad para entrar en zonas complejas del sufrimiento, del conflicto o de la ambigüedad es reducida. La simpatía hace llevadera la convivencia; la empatía hace más profunda la relación con la interioridad. Son bienes distintos.

Puede verse con especial claridad en el conflicto. Cuando una relación entra en tensión, la simpatía suele debilitarse rápidamente. Si el otro deja de agradarme, si me hiere, si me desafía, si me contradice o si me decepciona, la simpatía puede evaporarse. La empatía, en cambio, puede seguir siendo posible. Y justamente ahí muestra su rango superior. Puedo no sentir ya simpatía espontánea por ti y, sin embargo, seguir intentando comprender tu miedo, tu herida, tu lógica o tu error. Puedo incluso hacerlo mejor que antes, porque ya no dependo de la comodidad afectiva del vínculo. La empatía puede sobrevivir donde la simpatía se rompe.

Ahora bien, esta superioridad no debe llevar a despreciar la simpatía ni a imaginar una empatía ascética, seca o orgullosamente libre de todo agrado humano. Sería otro error. La simpatía tiene una función antropológica importante. Hace habitable la convivencia, aligera el peso del encuentro, genera confianza inicial y puede abrir espacios donde la empatía florezca con más facilidad. La cuestión no es sustituir una por otra, sino ordenarlas. La simpatía es un bien de la afinidad; la empatía, un bien de la comprensión. La primera puede adornar y facilitar la segunda. No debe reemplazarla.

Se puede expresar la diferencia de un modo aún más preciso. La simpatía pregunta, implícitamente: "¿qué siento yo favorablemente hacia ti?" La empatía pregunta: "¿qué vives tú y cómo se te da el mundo desde ahí?" La simpatía está más cerca del afecto que nace en mí por ti. La empatía, del esfuerzo por comprenderte desde ti. La simpatía tiende a unir por agrado. La empatía a abrir por reconocimiento. La simpatía elige. La empatía, cuando es madura, intenta no depender enteramente de esa elección espontánea.

Hay, por último, un riesgo cultural importante en la confusión entre ambas. Vivimos en una época que valora mucho los estilos relacionales cálidos, cordiales, suaves y emocionalmente agradables. En ese contexto, la simpatía puede ser premiada como si fuera prueba suficiente de profundidad moral. Pero esto es engañoso. Una cultura que sobrevalora la simpatía corre el riesgo de volverse incapaz de comprender con seriedad a quienes no resultan inmediatamente agradables, expresivos o cercanos. Y entonces se empobrece también su idea de empatía. Confunde humanidad con agradabilidad y comprensión con afinidad.

La formulación más rigurosa para cerrar esta distinción sería ésta:

La simpatía es una disposición afectiva favorable hacia el otro fundada en la afinidad o en el agrado, mientras que la empatía es la capacidad de comprender la experiencia ajena desde su propia perspectiva, incluso cuando no media simpatía espontánea.

Esta diferencia debe quedar firmemente establecida. Sin ella, todo el vocabulario moral del vínculo se vuelve confuso. Con ella, en cambio, gana profundidad. Entendemos que no todo calor es comprensión, que no toda agradabilidad es acceso al mundo ajeno y que la verdadera empatía no depende por completo de que el otro

nos resulte amable. Ahí empieza una relación más seria con la alteridad.

9.2. Empatía y compasión

Si la simpatía se confunde con la empatía por exceso de afinidad afectiva, la compasión se confunde con ella por otra razón más profunda y más seria: ambas parecen acercarnos al sufrimiento ajeno. Pero precisamente porque ambas se aproximan al dolor del otro, conviene distinguirlas con especial rigor. De lo contrario, se corre un doble riesgo: o bien se reduce la empatía a una respuesta moral de cuidado, perdiendo su especificidad como acceso a la experiencia ajena; o bien se reduce la compasión a mera comprensión sensible, vaciándola de su dimensión ética propia. La distinción no es secundaria. Toca el centro mismo de una teoría rigurosa de la vida moral.

La **empatía** es, en su núcleo, una forma de comprensión de la experiencia ajena. Intenta captar cómo se le da el mundo al otro desde su propia perspectiva, qué significa para él lo que vive, qué estructura de sentido organiza su miedo, su vergüenza, su herida o su alegría. La **compasión**, en cambio, es una respuesta afectivo-moral ante el sufrimiento del otro que incluye, en algún grado, la inclinación a no dejarlo solo en su dolor y, cuando es posible, a aliviarlo o a actuar en su bien. La diferencia central podría formularse así: la empatía se orienta primero a **comprender**; la compasión, a **responder**.

Esta diferencia es decisiva. Puedo empatizar con alguien sin experimentar todavía una compasión fuerte. Comprendo su sufrimiento, veo el mundo que ese sufrimiento ha reorganizado, capto el sentido de su herida; pero eso no implica automáticamente que en mí surja una disposición activa a consolar, sostener o aliviar.

También puede ocurrir lo contrario: puedo sentir compasión por alguien sin haber comprendido del todo la estructura de su experiencia. Me conmueve su fragilidad, me duele verlo así, quiero ayudarlo, pero mi comprensión de lo que realmente vive puede ser todavía pobre, precipitada o incompleta. Esto muestra que empatía y compasión se entrelazan a menudo, pero no son idénticas.

La compasión presupone normalmente algún grado de empatía, porque no se puede responder humanamente al sufrimiento ajeno si éste no comparece de alguna manera como sufrimiento de alguien. Pero la supera en una dirección concreta: introduce una **orientación ética**. Ya no basta con que el otro se vuelva inteligible; su dolor me reclama de un modo práctico. La compasión no sólo dice: "entiendo que esto te hiere". Dice además, de un modo u otro: "no quiero permanecer neutral ante esta herida". Hay, por tanto, un paso adicional. La comprensión de la experiencia ajena se transforma en disposición a la presencia, al cuidado, a la ayuda, al consuelo o, al menos, a la negativa a abandonar.

Por eso puede afirmarse que la empatía pertenece primariamente al plano del **acceso a la interioridad ajena**, mientras que la compasión pertenece primariamente al plano de la **respuesta al sufrimiento ajeno**. La primera me pone ante el mundo del otro; la segunda me orienta dentro de ese encuentro. La primera tiene un carácter fenomenológico y cognitivo-afectivo. La segunda, un carácter más explícitamente moral. Ambas son valiosas. Pero confundirlas impide ver qué añade exactamente la compasión a la pura comprensión y qué puede faltar todavía en una comprensión que no se convierte en respuesta.

Esta distinción se vuelve más clara cuando advertimos que la empatía no se dirige sólo al sufrimiento. Puedo empatizar con la

alegría, con la esperanza, con la vergüenza, con la indignación, con el entusiasmo o incluso con una decisión difícil vivida con serenidad. La compasión, en cambio, está unida de modo mucho más específico al dolor, a la fragilidad, a la herida, a la vulnerabilidad o a la desgracia. Su campo es más estrecho, pero también más éticamente cargado. Allí donde la empatía puede abrirse a toda una gama de experiencias ajenas, la compasión emerge con especial fuerza cuando el otro padece.

Este punto es importante porque evita reducir toda relación con el otro al sufrimiento. La empatía tiene una amplitud antropológica mayor. La compasión, en cambio, concentra su verdad en el encuentro con la vulnerabilidad. No es un defecto. Es su especificidad. Pero precisamente por eso no puede sustituir a la empatía en general. Una teoría que tratara toda empatía como compasión terminaría comprendiendo el vínculo humano de manera demasiado unilateral, como si sólo importara acompañar heridas y no también comprender alegrías, aspiraciones, perplejidades, luchas, esperanzas o formas de habitar el mundo que no se reduzcan al dolor.

Hay además una diferencia muy importante en la relación con el juicio. La empatía, bien entendida, puede mantenerse junto al discernimiento sin dificultad esencial, porque comprender la experiencia del otro no implica todavía aprobar su interpretación o su conducta. La compasión, en cambio, por su misma inclinación a aliviar o a sostener, está más expuesta a deslizarse hacia la indulgencia. Quien compadece puede sentir una fuerte resistencia a introducir corrección, límite o contradicción, sobre todo cuando el dolor del otro es intenso. No siempre ocurre así, desde luego. Existe una compasión fuerte y lúcida. Pero la estructura misma de la

compasión contiene una proximidad al sufrimiento que puede hacer más difícil la distancia crítica.

Por eso la compasión necesita a la empatía en un sentido más fino del que suele reconocerse. No basta con que me conmueva el dolor del otro; tengo que comprender qué le ocurre de verdad, qué significa para él lo que vive, qué parte de su sufrimiento revela una herida objetiva y qué parte puede estar unida a una interpretación equivocada o a una reacción desordenada. Sin esta mediación empática y reflexiva, la compasión puede volverse torpe. Quiere ayudar, pero ayuda mal. Quiere aliviar, pero refuerza confusiones. Quiere cuidar, pero protege indebidamente. La compasión madura no prescinde de la empatía; se deja estructurar por ella.

También hay una diferencia importante en la relación con la acción. La empatía puede permanecer en el plano de la comprensión y seguir siendo verdadera. No toda empatía tiene que traducirse de inmediato en intervención. A veces comprender ya es mucho. A veces lo humano consiste precisamente en dejar comparecer la experiencia ajena sin precipitarse a resolverla. La compasión, en cambio, lleva dentro de sí una cierta tensión hacia la acción o hacia la presencia moralmente significativa. Aunque no siempre pueda cambiar la situación, no se contenta fácilmente con mirar. Querría hacer algo, aunque ese "algo" pueda consistir sólo en acompañar, consolar, sostener o no retirarse. La compasión tiene, por tanto, una orientación práctica más marcada.

Esta orientación práctica puede llevar a error si no se la ordena bien. Uno de los peligros de la compasión es confundir el bien del otro con la desaparición inmediata de su malestar. Pero no siempre el bien consiste en suprimir la incomodidad. A veces la persona necesita una verdad difícil, un límite, una responsabilización o una forma de

no ser confirmada en una interpretación falsa. La empatía, al distinguir entre comprensión y asentimiento, puede ayudar a corregir este peligro. Le recuerda a la compasión que cuidar no siempre significa confirmar, y que aliviar no siempre equivale a hacer bien.

Podría decirse, entonces, que la compasión añade a la empatía un momento de **solicitud moral**, pero también introduce una tentación de **blandura mal orientada** cuando se separa del discernimiento. La empatía, por su parte, puede captar con gran precisión el dolor ajeno y seguir siendo moralmente insuficiente si no se transforma en una respuesta de cuidado. Cada una necesita de la otra. La empatía da profundidad y verdad a la compasión. La compasión da orientación ética y peso práctico a la empatía.

Esta necesidad mutua se ve con claridad en la vida concreta. Un médico puede comprender con fineza el sufrimiento de un paciente, pero si no hay compasión, su trato puede volverse técnicamente correcto y humanamente pobre. Un padre puede sentir compasión intensa por el dolor de un hijo, pero si no hay empatía bien estructurada, puede protegerlo de una manera que lo debilite. Un amigo puede captar exactamente por qué el otro se siente humillado y, sin embargo, permanecer demasiado frío. Otro puede conmoverse profundamente y, sin embargo, aconsejar mal porque no ha entendido la estructura real del problema. La mejor respuesta nace cuando comprensión y compasión se integran sin confundirse.

Hay además una diferencia filosófica de fondo. La empatía se refiere primariamente a la **alteridad como experiencia**. La compasión se refiere primariamente a la **alteridad como vulnerabilidad**. La primera dice: “hay ahí un mundo ajeno que intento comprender”. La segunda dice: “hay ahí una fragilidad o un dolor que no quiero

abandonar". La primera está más cerca del reconocimiento fenomenológico del otro como sujeto. La segunda, de la responsabilidad ética ante su sufrimiento. Ambas se implican muchas veces, pero no deben ser absorbidas una por otra.

Esto explica también por qué la compasión puede estar moralmente más cargada y, al mismo tiempo, ser conceptualmente más estrecha. Está más cargada porque introduce explícitamente el bien y el cuidado. Es más estrecha porque se activa sobre todo ante la herida o la necesidad. La empatía tiene un radio más amplio y puede comprender incluso a quien no sufre visiblemente, a quien se alegra, a quien duda, a quien espera, a quien se indigna, a quien se entusiasma. La compasión, en cambio, tiene su foco en el sufrimiento. No es una limitación menor. Es su forma propia.

También aquí hay una deformación contemporánea que conviene señalar. A veces se cree que ser compasivo consiste en mostrar una emotividad visible ante el dolor ajeno. Pero esa versión teatral de la compasión puede carecer tanto de comprensión como de verdadero cuidado. La compasión auténtica no necesita siempre grandes demostraciones afectivas. Puede ser sobria, silenciosa, firme. Puede expresarse en una presencia estable más que en una emoción espectacular. Lo esencial no es cuánto se muestra, sino si realmente se orienta al bien del otro sin perder verdad ni respeto.

De la misma manera, la empatía no debe ser devaluada por no coincidir siempre con compasión intensa. Hay situaciones donde comprender ya transforma radicalmente la calidad de la relación, incluso si no despierta una compasión explícita. Comprender a un adversario, a alguien que se equivoca o a quien nos hiere no siempre da lugar a ternura o a deseo de aliviar. Pero sigue siendo un gran bien humano, porque impide la cosificación y hace posible una crítica

menos bárbara. Si redujéramos toda empatía a compasión, perderíamos esta capacidad de comprensión en el conflicto.

La formulación más rigurosa de la diferencia sería ésta:

La empatía es la capacidad de comprender la experiencia ajena desde su propia perspectiva; la compasión es la respuesta moral que, ante el sufrimiento del otro, se orienta a no abandonarlo y, cuando es posible, a buscar su bien.

Esta fórmula conserva lo esencial. La empatía no se agota en el sufrimiento. La compasión no se agota en la comprensión. La primera abre. La segunda se inclina a responder. La primera puede existir sin una fuerte orientación práctica inmediata. La segunda la incluye casi siempre. La primera puede dirigirse incluso a quien no nos inspira cercanía afectiva o a quien consideramos equivocado. La segunda nace con especial fuerza donde la fragilidad del otro nos reclama.

Entender esta diferencia permite pensar mejor tanto la vida moral como la vida relacional. Evita que la empatía sea inflada hasta convertirse en nombre de toda bondad posible. Y evita que la compasión sea rebajada a simple estado emocional sin estructura ética. Con ello, el mapa del vínculo humano gana precisión. Y donde hay precisión, se responde mejor.

9.3. Empatía y piedad

La distinción entre empatía y piedad es todavía más delicada que la distinción entre empatía y compasión, porque en la experiencia ordinaria ambas pueden mezclarse bajo la apariencia de una misma sensibilidad hacia la fragilidad ajena. Sin embargo, nombran actitudes profundamente distintas, y a veces incluso opuestas en su forma moral más íntima. La confusión entre ambas no es inocente.

Allí donde se llama empatía a lo que en realidad es piedad, el otro deja de ser reconocido en su dignidad y empieza a ser tratado, aunque sea con suavidad, desde una cierta superioridad. La relación parece humana, pero ya ha comenzado a degradarse.

Conviene definir primero la piedad con suficiente precisión. La piedad es una forma de respuesta al sufrimiento o a la desgracia del otro en la que se lo contempla, al menos parcialmente, desde una posición de altura. No siempre implica crueldad ni desprecio abierto. Puede ir acompañada de ternura, de preocupación o de buenas intenciones. Pero lleva en sí una asimetría peligrosa: el otro aparece no sólo como alguien que sufre, sino como alguien disminuido por su sufrimiento, rebajado por su fragilidad, casi absorbido por ella. La piedad no mira primero a una persona herida, sino a una herida que define enteramente a la persona. Y ese desplazamiento es decisivo.

La empatía, en cambio, no reduce al otro a su estado de vulnerabilidad. Puede reconocer el dolor con toda seriedad, puede dejarse tocar por él, puede incluso volverse compasiva y buscar el bien de quien padece. Pero en todo ese movimiento el otro sigue compareciendo como sujeto, no como simple figura de desgracia. Su sufrimiento no borra su dignidad ni lo convierte en objeto de contemplación benevolente desde arriba. La empatía se acerca sin rebajar. La piedad, en cambio, aunque a veces parezca suave y protectora, introduce una distancia jerárquica: “yo estoy entero, tú eres el caído”.

Esta diferencia es muy importante, porque muchas formas de ayuda, de consuelo o de sensibilidad visible son, en el fondo, más piadosas que empáticas. Se presentan como cuidado, pero su estructura profunda no es de reconocimiento sino de descenso

benevolente. El otro no es recibido como alguien cuya interioridad intento comprender y cuya dignidad permanece intacta incluso en la herida; es recibido como alguien sobre quien me inclino desde una posición tácita de mayor fortaleza, mayor integridad o mayor altura moral. La piedad no siempre humilla de modo explícito, pero fácilmente infantiliza. Y la infantilización es una de las formas más finas de falta de respeto.

La razón de fondo es clara. La piedad se organiza alrededor de la desgracia visible del otro. Lo que domina la escena no es su mundo vivido en toda su complejidad, sino su condición de herido, de necesitado, de caído o de frágil. En la empatía, por el contrario, el sufrimiento se inscribe en una totalidad más amplia: una historia, una perspectiva, una dignidad, una lucha, una forma singular de estar en el mundo. La herida importa, pero no absorbe enteramente a la persona. En la piedad, en cambio, el sujeto puede quedar reducido a ser "el que padece", "el pobre", "el débil", "el quebrado". La mirada piadosa se fija en la caída y, al fijarse ahí, corre el riesgo de no ver ya a la persona más que como caída.

Esto explica por qué la piedad puede ser moralmente ambigua incluso cuando nace de una emoción sincera. No hace falta que haya mala fe para que aparezca. A veces nace de una incapacidad de soportar la visión del dolor ajeno sin colocarse de inmediato en posición de superioridad protectora. Otras veces nace de la necesidad de sentirse bueno a través del contraste con la desgracia del otro. Otras, de un hábito cultural que ha enseñado a mirar la vulnerabilidad desde esquemas jerárquicos. En todos los casos, el resultado es parecido: la relación pierde horizontalidad existencial. El otro ya no es plenamente un tú; empieza a convertirse en alguien sobre quien uno ejerce un tipo suave de dominio afectivo.

La empatía fuerte resiste precisamente este movimiento. No porque niegue la asimetría real que a veces puede existir entre quien ayuda y quien necesita ayuda, sino porque no deja que esa asimetría se convierta en criterio de la mirada. Puedo estar en mejor posición material, afectiva o práctica para auxiliar a alguien y, sin embargo, seguir reconociéndolo como sujeto íntegro de dignidad. La empatía no exige fingir igualdad fáctica donde no la hay; exige no traducir la fragilidad del otro en disminución ontológica o moral. La piedad, en cambio, tiende a hacerlo, aunque sea de forma sutil. Confunde vulnerabilidad con inferioridad.

Esto se ve con particular claridad en el lenguaje. Hay tonos, expresiones y gestos que parecen compasivos pero esconden una lógica piadosa. Cuando se habla del otro como “pobrecito”, cuando se enfatiza su caída de manera que casi desaparece su agencia, cuando se lo trata con una delicadeza excesiva que presupone que no soportará verdad, límite o diferencia, cuando se lo envuelve en una protección que lo deja sin voz propia, la piedad ya está operando. No hace falta insultar para degradar. También se puede degradar sobreprotegiendo, rebajando el estándar de interlocución o transformando a la persona en puro objeto de cuidado.

La empatía, en cambio, no rebaja el nivel de realidad del otro. Puede hablar con delicadeza, sí. Puede proteger, sostener y acompañar. Pero no parte de la suposición de que la fragilidad anula la condición de sujeto. No se dirige a una “pobre cosa” que debe ser manejada con guantes afectivos; se dirige a alguien que sufre y que, precisamente por eso, merece una relación donde la dignidad no quede suspendida. Esta diferencia tiene enormes consecuencias prácticas. Porque una ayuda piadosa puede hacer sentir asistido al otro, pero no necesariamente reconocido. Puede aliviarlo y al mismo

tiempo disminuirlo. La empatía, cuando se une a la compasión lúcida, busca otra cosa: ayudar sin reducir.

Hay además una diferencia esencial en la relación con la verdad. La piedad tiende con facilidad a callar aquello que podría incomodar al herido. No sólo por prudencia, lo cual a veces sería razonable, sino por una especie de convicción tácita de que la fragilidad lo exime de cierta interlocución plena. Se lo trata como si ya no pudiera soportar una verdad compleja, una corrección o una resistencia. La piedad protege, pero a costa de rebajar. La empatía, en cambio, puede modular la forma y el momento de la verdad, pero no presupone que el otro deba quedar al margen de ella. Comprende el dolor sin convertirlo en criterio suficiente para la infantilización del vínculo.

Este punto es crucial. La piedad suele parecer más suave que la empatía rigurosa, pero con frecuencia es menos respetuosa. Porque la empatía toma al otro suficientemente en serio como para no reducirlo ni a objeto de contemplación ni a incapaz estructural de verdad. La piedad, en cambio, a veces se presenta como forma superior de humanidad cuando en realidad no soporta la dureza de reconocer en el otro a un sujeto herido pero no abolido. Quiere proteger la fragilidad, sí, pero lo hace disminuyendo a quien la padece.

Esto puede verse en la educación y en la crianza. Hay una diferencia inmensa entre comprender que un niño o un joven sufre, captar cómo vive una humillación, un fracaso o un miedo, y responder de una manera que conserve su dignidad, o bien tratarlo como criatura demasiado débil para la exigencia, para la verdad o para la responsabilidad. Lo primero pertenece a la empatía y, cuando corresponde, a la compasión. Lo segundo se aproxima a la piedad. En apariencia cuida más; en realidad puede debilitar, porque

renuncia a reconocer la capacidad del otro de crecer, de responder y de ser tratado como alguien más grande que su momento de herida.

La misma diferencia aparece en la vida pública. Existen formas de discurso sobre grupos vulnerables, heridos o históricamente dañados que parecen extremadamente sensibles y, sin embargo, están atravesadas por una piedad degradante. Se habla de ellos sólo en términos de carencia, daño, impotencia o sufrimiento, como si toda su realidad se agotara en esa condición. Desaparecen entonces su agencia, su complejidad, su capacidad de juicio y su densidad propia. La empatía, por el contrario, intentaría comprender el dolor real sin reducir a quienes lo padecen a la identidad de "los sufrientes". La piedad fija; la empatía abre.

También conviene notar que la piedad puede funcionar como placer moral secreto. Hay una forma de autocomplacencia en la mirada piadosa. El sujeto se siente elevado por el hecho de inclinarse sobre la desgracia ajena. La distancia jerárquica le permite experimentar su propia bondad. No hace falta que esto sea plenamente consciente para que opere. De hecho, suele ser más eficaz cuando permanece implícito. Quien padece se convierte entonces, en parte, en ocasión para que otro se sienta noble. La empatía auténtica resiste este mecanismo porque no necesita al otro como escenario para el propio brillo moral. Se orienta primero a su realidad, no al efecto que produciría en la identidad compasiva del que mira.

Esto explica por qué la piedad es tan compatible con la espectacularización del sufrimiento. Le interesa la imagen de la caída, la visibilidad de la desgracia, la escena conmovedora que despierta inclinación protectora. La empatía, en cambio, requiere una atención más fina y menos teatral. No necesita intensificar la

imagen del sufrimiento para justificarse. A veces, incluso, trabaja mejor en la sobriedad, cuando el otro no es convertido en icono de fragilidad, sino acogido como persona concreta cuya experiencia merece ser comprendida sin adornos ni consumo emocional.

Podría decirse que la piedad mira demasiado el sufrimiento y demasiado poco a la persona. La empatía mira el sufrimiento a través de la persona, y a la persona a través de la dignidad que no desaparece en el sufrimiento. Ésta es una diferencia estructural. La primera tiende a absolutizar la herida. La segunda a situarla dentro de una existencia irreductible a ella. Por eso la piedad puede producir vergüenza en quien la recibe. Ser compadecido de manera empática puede aliviar. Ser objeto de piedad suele dejar un residuo de disminución. Uno siente que ha sido visto, sí, pero visto desde abajo, desde la propia caída convertida en identidad dominante.

Esto no significa que toda reacción de ternura ante la fragilidad ajena sea ya piedad. Sería un error opuesto y empobrecedor. Hay ternuras nobles, delicadezas verdaderas, inclinaciones cuidadosas que no rebajan. La clave no está en la suavidad del gesto, sino en la estructura de la mirada. ¿Veo en el otro a alguien disminuido por definición, o a alguien herido cuya dignidad permanece intacta? ¿Respondo desde una superioridad tácita, o desde una cercanía que no aplasta? ¿Lo convierto en objeto de mi bondad, o dejo que siga siendo sujeto aun cuando necesite ayuda? Estas preguntas permiten trazar la línea fina entre compasión empática y piedad degradante.

La piedad tiene, además, un vínculo problemático con la alteridad. No soporta bien que el otro siga siendo otro en su fragilidad. Querría administrarlo, protegerlo, quizá incluso salvarlo, pero no siempre le concede plena capacidad de resistencia, de respuesta o de

opacidad. En ese sentido, la piedad no respeta bien la irreductibilidad del otro. Lo reduce a figura sufriente y se relaciona con esa figura desde una posición de dominio suave. La empatía, por el contrario, conserva la alteridad incluso en la herida. No trata al otro como si el sufrimiento le quitara derecho a no ser del todo poseído por la mirada ajena.

Ésta es una de las razones por las que la empatía tiene mayor nobleza filosófica que la piedad. No porque sea más cálida, sino porque es más justa. La piedad siente por el otro desde arriba. La empatía comprende al otro desde una cercanía que no borra la diferencia ni introduce superioridad esencial. La una puede ser muy visible y muy alabada. La otra, a veces, más silenciosa y menos espectacular. Pero la segunda honra mejor la verdad del vínculo humano.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La piedad es una respuesta al sufrimiento ajeno que tiende a mirar al otro desde una superioridad protectora y a reducirlo a su fragilidad, mientras que la empatía comprende su experiencia sin rebajarlo, conservando su dignidad de sujeto incluso en la herida.

Ésta es la diferencia que debe quedar firmemente instalada. Ayuda a detectar muchas falsas formas de cuidado y muchas suavidades que degradan. También ayuda a purificar la compasión, impidiéndole deslizarse hacia una lógica de superioridad. Allí donde la relación con el sufrimiento ajeno no conserva intacta la dignidad del otro, la empatía ya se ha perdido y la piedad ha ocupado su lugar.

9.4. Empatía y validación

Pocas confusiones contemporáneas son tan influyentes como la que identifica la empatía con la validación. En muchos contextos, "ser empático" significa casi automáticamente "validar": confirmar la emoción del otro, ratificar su experiencia subjetiva, abstenerse de cuestionar su lectura inicial o responder de manera tal que se sienta inmediatamente reconocido en lo que vive. Esta asociación no es casual. La cultura emocional contemporánea ha dado a la validación un lugar central, sobre todo en ámbitos terapéuticos, educativos y relacionales. Pero precisamente por eso conviene distinguir con máxima precisión ambos conceptos. Porque, aunque pueden colaborar entre sí, no son idénticos. Y cuando se los confunde, la empatía pierde espesor y la validación se vuelve excesivamente amplia.

La **validación** consiste, en sentido propio, en reconocer que una emoción, una vivencia o una reacción del otro tiene realidad subjetiva y no debe ser tratada como mera ficción, exageración ridícula o invención arbitraria. Validar significa, en primer lugar, no negar de entrada que eso le está pasando. Si alguien dice "esto me dolió", validar es responder de un modo que no borre inmediatamente ese dolor: "veo que realmente te afectó", "entiendo que esto te haya golpeado", "puedo reconocer que para ti fue importante". En este sentido, la validación cumple una función humana valiosa. Corrige formas de dureza, minimización o desprecio que lesionan el vínculo y pueden volver el sufrimiento todavía más solitario.

La empatía, en cambio, no consiste primero en confirmar que la vivencia del otro es real, sino en comprender **cómo** se le da esa vivencia, qué estructura de sentido la organiza, desde qué

perspectiva emerge y qué mundo se ha configurado para él a partir de ella. La validación reconoce. La empatía comprende. La primera dice: “esto que vives existe para ti y merece no ser negado sin más”. La segunda pregunta: “¿qué significa esto para ti, cómo se ha vuelto tu mundo para vivirlo así, desde qué herida, qué expectativa, qué miedo o qué interpretación está tomando forma esta experiencia?”. La validación toca el umbral del reconocimiento. La empatía entra en la arquitectura de la vivencia.

Esta diferencia es esencial, porque permite ver que la validación puede ser un momento legítimo dentro de una respuesta empática, pero no la agota. De hecho, en muchas situaciones de fragilidad, validar puede ser un primer paso necesario: no se empieza corrigiendo, negando o discutiendo de inmediato una emoción intensa. Se empieza reconociendo que está ahí, que pesa, que es real para quien la vive. Pero si la relación se detuviera enteramente en ese reconocimiento inicial, la empatía quedaría truncada. Comprender exige ir más lejos. Exige entrar en el mundo vivido del otro y, llegado el caso, distinguir entre la realidad de su emoción y la verdad de la interpretación que la acompaña.

Aquí aparece el punto decisivo. La validación se refiere primariamente a la **realidad subjetiva** de una experiencia. La empatía se refiere primariamente a su **inteligibilidad**. Y ninguna de estas dos cosas equivale todavía, por sí sola, a decir que la interpretación del otro sea correcta o que su conducta esté justificada. Puedo validar que algo te haya dolido y, sin embargo, pensar que estás leyendo mal la situación. Puedo reconocer que te sientes humillado y, aun así, no conceder que efectivamente haya habido una humillación objetiva en el sentido en que la entiendes. Puedo aceptar que tu rabia es real y no por eso aprobar lo que hiciste

con esa rabia. Esta triple distinción —entre emoción real, interpretación posible y acción evaluable— es una de las mayores tareas de una teoría fuerte de la empatía.

La confusión contemporánea surge cuando la validación deja de limitarse a la realidad subjetiva de la vivencia y empieza a extenderse silenciosamente a todo lo que se construye sobre ella. Entonces ya no se valida sólo que el otro sienta dolor, miedo o vergüenza; se valida también su lectura de los hechos, su atribución de intenciones y, en no pocos casos, la legitimidad inmediata de sus reacciones. La validación se transforma así en una forma blanda de asentimiento global. Y la empatía queda reducida a la obligación de no introducir ninguna diferencia. Éste es uno de los errores afectivos más profundos de nuestro tiempo.

Debe decirse con firmeza: **validar una emoción no obliga a validar una interpretación**. La emoción puede ser plenamente real y la interpretación, parcial, precipitada o falsa. Que alguien se sienta rechazado no demuestra sin más que haya sido objetivamente rechazado. Que alguien se sienta despreciado no prueba automáticamente que el otro lo haya despreciado. Que alguien se sienta abandonado no basta para concluir que hubo abandono real en el sentido moralmente fuerte del término. La validación correcta reconoce la verdad de la experiencia subjetiva; no convierte esa verdad en argumento definitivo sobre los hechos. La empatía, bien entendida, protege precisamente esta diferencia.

Aquí se ve mejor el papel propio de la validación. Su función no es resolver el problema de la verdad, sino impedir una violencia previa: la de tratar la experiencia del otro como si no existiera o como si su mera intensidad fuera ridícula, exagerada o manipuladora sin más examen. En este sentido, validar puede ser un acto de humanidad

elemental. Puede abrir espacio para que el otro se exprese sin tener que defender primero la existencia misma de lo que siente. Pero sólo cuando se mantiene en ese nivel. Cuando se expande demasiado, se convierte en otra cosa: en ratificación indiscriminada, en miedo al conflicto o en incapacidad de sostener una relación donde la comprensión no implique obediencia afectiva.

La empatía madura puede incluir validación, pero la trasciende. No se contenta con decir: “entiendo que te sientas así”. Intenta ver qué sostiene ese sentimiento, qué lo vuelve comprensible, dónde puede haber verdad en él, dónde puede haber deformación, qué necesidad expresa y qué exige moralmente la situación. En este sentido, la empatía es más arriesgada que la validación. La validación puede quedarse en un reconocimiento inicial relativamente seguro. La empatía tiene que entrar en la complejidad. Debe comprender sin capitular y, si hace falta, validar una vivencia mientras cuestiona su lectura.

Ésta es una de las capacidades más raras y más necesarias en la vida adulta. Poder decir a alguien: “veo que esto te duele de verdad” y, al mismo tiempo, “no estoy seguro de que lo que concluyes a partir de ese dolor sea correcto”. Poder sostener: “tu vergüenza es real” y, a la vez, “no creo que todos te estén mirando como tú sientes”. Poder afirmar: “entiendo tu enojo” sin por eso decir “y, por tanto, hiciste bien en reaccionar así”. Esta doble capacidad salva a la validación de convertirse en complacencia y salva a la empatía de convertirse en servidumbre emocional.

Hay además una diferencia importante en la relación con el tiempo. La validación suele operar muy bien como gesto inicial. En situaciones de alta intensidad emocional, una respuesta que reconozca la realidad de la experiencia puede abrir el espacio de la

palabra y evitar el cierre defensivo. Pero una relación seria no puede quedarse siempre ahí. Llega un momento en que la vida humana exige ir más allá del reconocimiento básico de la emoción y entrar en la tarea más difícil de pensarla, situarla, contrastarla y, si corresponde, corregir algo de lo que se ha construido sobre ella. La empatía acompaña ese tránsito. La validación sola puede quedarse detenida en un primer momento de acogida y no saber avanzar.

Esto es especialmente visible en la educación. Un educador que no valida nunca las emociones de sus alumnos puede resultar rígido, humillante o incapaz de percibir el mundo interior desde el que aprenden o se bloquean. Pero un educador que sólo valida y nunca ayuda a pensar, a distinguir o a soportar frustraciones se vuelve igualmente deficiente. La formación exige ambas cosas: reconocer que algo pesa, hiere o desordena, y al mismo tiempo introducir al sujeto en una relación más fuerte con la verdad, con el límite y con la responsabilidad. La empatía es capaz de sostener ese doble movimiento. La validación por sí sola, no siempre.

Lo mismo ocurre en la amistad, en la pareja y en la crianza. Si alguien sólo valida, corre el riesgo de volverse un espejo complaciente. Si nunca valida, puede volverse duro y ciego. La respuesta verdaderamente humana suele incluir un primer reconocimiento del dolor o de la confusión y, más tarde o en el mismo acto si la situación lo permite, una forma de verdad que no abandone al otro dentro de una experiencia mal interpretada. La validación es hospitalidad inicial. La empatía fuerte es hospitalidad con discernimiento.

Hay, además, un peligro específico cuando la validación se convierte en valor supremo: la persona puede empezar a buscar no comprensión real, sino confirmación continua. Ya no quiere ser ayudada a pensar mejor lo que vive, sino protegida de toda

resistencia. Entonces el lenguaje de la validación se transforma en mecanismo de inmunidad afectiva. Toda objeción parece violencia. Toda diferencia parece desamor. Toda crítica parece negación de la experiencia. En ese clima, la empatía queda secuestrada por la necesidad de no contrariar. Y el vínculo se debilita, porque ya no puede sostener verdad sin ser vivido como ataque.

Conviene advertir también que no toda validación es verdaderamente respetuosa. Hay validaciones superficiales, automáticas, técnicas o paternalistas. Frases como "tus emociones son válidas" pueden decirse de modo tan protocolario o tan vacío que el otro no se siente comprendido, sino gestionado. En ese caso, la validación se vuelve fórmula sin hondura. Reconoce una emoción de manera abstracta, pero no entra realmente en su estructura de sentido. La empatía, en cambio, exige una relación más concreta y encarnada con lo que el otro vive. No basta con pronunciar la fórmula correcta; hace falta comprender el mundo que esa emoción abre.

Esto muestra una vez más que la empatía tiene un rango más alto que la validación. No porque la desprecie, sino porque la incluye críticamente. Puede validar cuando corresponde, pero no se reduce a hacerlo. Y puede incluso, en ocasiones, suspender una validación inmediata si ésta significara confirmar una interpretación demasiado distorsionada de un modo que haría daño a la larga. Hay situaciones en las que la respuesta más humana no es validar de inmediato lo que el otro cree de su experiencia, sino reconocer su intensidad mientras se introduce ya, con mucho tacto, una distinción. Esto exige gran madurez. Pero precisamente por eso no debe confundirse con falta de empatía.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La validación reconoce la realidad subjetiva de una emoción o vivencia; la empatía comprende la estructura de sentido de esa vivencia y puede incluir validación sin por ello quedar obligada a confirmar la interpretación o la conducta que el otro construye a partir de ella.

Ésta es la diferencia central. La validación es una operación importante, a veces necesaria, pero parcial. La empatía es más amplia, más profunda y más exigente. No sólo reconoce que algo duele o pesa; intenta comprender qué significa ese dolor y cómo responder a él sin mentir, sin cosificar y sin capitular. Donde esta diferencia se borra, la vida relacional se vuelve sentimentalmente blanda y conceptualmente pobre. Donde se conserva, aparece una forma más alta de cuidado: un cuidado que no niega la emoción, pero tampoco entrega la verdad a su sola intensidad.

9.5. Empatía y justificación

Otra confusión particularmente dañina consiste en identificar la empatía con la justificación. Esta confusión es más grave que muchas otras porque no afecta sólo al lenguaje del vínculo, sino al núcleo mismo del juicio moral. Allí donde comprender al otro empieza a traducirse casi automáticamente en excusarlo, la empatía deja de ser una forma de acceso a la alteridad y se convierte en una maquinaria de debilitamiento del criterio. El problema no está en que la comprensión influya sobre el juicio —debe influir—, sino en que lo sustituya o lo absorba. Por eso la distinción entre empatía y justificación es una de las más necesarias de toda la obra.

Conviene comenzar por una definición mínima. **Justificar** una acción, una reacción o una decisión significa afirmar que, dadas ciertas circunstancias, esa acción resulta defendible, legítima o moralmente aceptable, al menos en un grado suficiente. La

justificación pertenece, por tanto, al orden de la evaluación normativa. No pregunta primero qué vive el sujeto, sino si lo que hace a partir de ello puede sostenerse como correcto, razonable o disculpable. La **empatía**, en cambio, pertenece primariamente al orden de la comprensión. Intenta captar cómo se le ha configurado el mundo al otro, qué le pesa, qué teme, qué siente como pérdida, qué lógica interior sostiene su reacción. La empatía ilumina el trasfondo existencial de una conducta. La justificación juzga su legitimidad.

La diferencia puede parecer obvia, pero en la práctica se borra con enorme facilidad. Y se borra por una razón profundamente humana: cuanto más conocemos la herida, la fragilidad, la historia o la presión que rodean una acción, más difícil resulta juzgarla sin que el juicio parezca inhumano. Alguien reacciona con violencia y descubrimos que fue humillado durante años. Alguien miente y entendemos que vive desde el miedo. Alguien manipula y vemos detrás una necesidad desesperada de no ser abandonado. Alguien se cierra cruelmente y comprendemos que ha sido herido muchas veces. Todo esto importa. Importa mucho. Pero de su importancia no se sigue, sin más, que la acción quede justificada. Lo que se sigue es otra cosa: que ya no puede ser juzgada de manera simplista.

Esta distinción es fundamental. La empatía no debe endurecer el juicio, pero tampoco abolirlo. Su tarea es volverlo más verdadero, no volverlo imposible. Comprender por qué alguien actúa de cierta manera no equivale a concluir que actuó bien. Comprender de dónde viene un error no lo convierte en acierto. Comprender las condiciones de una agresión no la vuelve justa. Comprender la necesidad afectiva que sostiene una manipulación no transforma

esa manipulación en conducta legítima. La empatía complejiza la lectura moral; no la disuelve.

Hay aquí una verdad especialmente importante: **explicar no es justificar**. Esta frase debería ser conservada como una regla de higiene intelectual y moral. Explicar significa mostrar el entramado de causas, heridas, condiciones o perspectivas que hacen inteligible una acción. Justificar significa afirmar que esa acción, o al menos algo esencial de ella, puede ser aprobada o considerada correcta en el plano moral. Una conducta puede ser profundamente explicable y, sin embargo, seguir siendo injusta. De hecho, muchas de las conductas humanas más dañinas se vuelven más comprensibles cuanto más hondamente se las examina. Precisamente por eso la madurez ética no consiste en elegir entre explicación o juicio, sino en aprender a mantener ambas cosas sin confundirlas.

La cultura contemporánea tiene grandes dificultades con esta diferencia. Ha aprendido con razón a sospechar de los juicios rápidos y descontextualizados, pero muchas veces no sabe ya cómo introducir comprensión sin deslizarse hacia la excusa. En ciertos ambientes, basta con mostrar una herida previa, una vulnerabilidad significativa o una historia de sufrimiento para que aparezca una presión afectiva muy fuerte a favor de la justificación. Se teme que, si no se justifica, entonces no se ha comprendido realmente. Pero esa conclusión es falsa. Puedo entender muy bien el origen de una conducta y seguir sosteniendo que esa conducta no debe ser aprobada. Más aún: a veces sólo quien comprende bien puede decir esto con verdadera justicia.

La dificultad surge porque la herida ajena nos afecta moralmente. Y debe afectarnos. Sería brutal que no lo hiciera. Saber que alguien ha

reaccionado mal desde un lugar herido cambia la textura del juicio. Hace más difícil la condena simple. Reduce la tentación de la autosuficiencia moral. Introduce humildad, complica la escena, desarma la ilusión de que las personas actúan siempre desde una pura elección transparente. Todo esto es valioso. Pero justamente por ser valioso no debe ser llevado demasiado lejos. Porque si toda herida justificara aquello que nace de ella, entonces cuanto más frágil o dañado fuera alguien, menos podría exigírsele. Y esa conclusión, además de falsa, sería degradante. Trataría la fragilidad como exención estructural de responsabilidad.

La empatía fuerte no acepta esa degradación. Reconoce que la vulnerabilidad condiciona, hiere, inclina, estrecha el campo de libertad y puede disminuir de manera real ciertas capacidades prácticas. Pero también reconoce que el otro sigue siendo sujeto. No mera superficie de sus heridas, no simple resultado mecánico de sus condicionamientos, no criatura completamente absorbida por su historia. Justificar demasiado pronto en nombre de la empatía puede ser, en el fondo, una forma sutil de no tomar al otro suficientemente en serio como agente moral. Parece indulgencia superior; a veces es una forma de disminución.

Esto se ve con claridad en la educación. Un alumno reacciona mal, se cierra, miente o desafía. El educador empático intenta comprender qué hay detrás: miedo al fracaso, vergüenza, historia de humillación, fragilidad narcisista, sensación de no poder sostener la exigencia. Todo eso importa. Cambia el tono de la intervención. Hace menos legítima la humillación pedagógica, la dureza automática o la sanción ciega. Pero de ahí no se sigue que ya no haya nada que corregir, exigir o limitar. Al contrario: cuanto mejor se comprende al alumno, mejor se puede distinguir qué tipo de

corrección necesita y cómo sostenerla sin destruirlo. La empatía no justifica el error; permite intervenir sobre él con más verdad.

Algo parecido ocurre en la amistad y en la pareja. Comprender por qué el otro se volvió hiriente, evasivo, controlador o pasivo-agresivo puede ser decisivo para no responder sólo desde la propia ofensa. Puede hacer que uno vea el miedo detrás del ataque, la dependencia detrás del control, la vergüenza detrás del silencio, la herida detrás del desplante. Pero si esa comprensión lleva a justificarlo todo, el vínculo se corrompe. Se vuelve un espacio donde el sufrimiento previo funciona como licencia tácita para dañar. La empatía madura, en cambio, puede decir: “entiendo de dónde viene esto” y, a la vez, “no por eso puedo permitirlo”. Esta frase es una de las formas más altas de amor responsable.

También en la vida pública esta distinción es crucial. Los conflictos colectivos están llenos de heridas reales, memorias de daño, desigualdades, humillaciones históricas y vulnerabilidades estructurales. Ignorar todo eso sería una forma grave de ceguera. Pero convertirlo automáticamente en justificación de cualquier reacción, de cualquier exceso o de cualquier narrativa, introduce otro tipo de ceguera. La empatía pública exige comprender el peso de las heridas colectivas y, al mismo tiempo, no dejar que ese peso disuelva por completo el espacio del juicio. De lo contrario, la política se convierte en competencia de justificaciones recíprocas nacidas del daño, y el criterio común se vuelve cada vez más difícil de sostener.

La confusión entre empatía y justificación se alimenta también de una idea falsa sobre la bondad. Se cree que una persona verdaderamente buena debe entender tanto al otro que ya no pueda seguir condenándolo. Pero esta imagen es sentimentalmente

atractiva y filosóficamente débil. La bondad madura no es incapacidad de juzgar. Es capacidad de juzgar sin deshumanizar. Y eso sólo es posible si se ha comprendido bien. No porque la comprensión impida toda condena, sino porque la vuelve menos orgullosa, menos tosca y menos simplificadora. La empatía no debería destruir el juicio; debería impedir que se ejerza con brutalidad o con vanidad moral.

Conviene introducir aquí una diferencia adicional entre **justificación** y **atenuación**. No siempre el descubrimiento de ciertas condiciones subjetivas o contextuales justifica una conducta, pero sí puede atenuar nuestro modo de evaluarla. Una persona que reacciona mal bajo una presión extrema, o desde una fragilidad intensa, o con una historia de daño muy profunda, puede no quedar justificada en sentido pleno y, sin embargo, no ser juzgable del mismo modo que alguien que actúa con igual resultado pero desde una posición distinta. Esta distinción es importante porque evita el falso dilema entre justificarlo todo o no dejarse afectar por nada. La empatía puede introducir matices, grados, atenuaciones y complejidades en el juicio sin por ello convertirse en absolución.

De hecho, una de las funciones más nobles de la empatía es precisamente ésta: hacer posible un juicio **diferenciado**. No un juicio ciego y uniforme, sino uno que sepa distinguir entre malicia y desborde, entre perversidad y miedo, entre irresponsabilidad plena y responsabilidad disminuida, entre violencia deliberada y violencia nacida de una desorganización real, aunque siga siendo condenable. Esta diferenciación no es debilidad moral. Es finura moral. Y sólo puede nacer donde la comprensión ha hecho su trabajo sin apoderarse del juicio.

Hay, además, una diferencia decisiva entre justificar una acción y **comprender el sufrimiento** desde el cual esa acción nace. A veces se cree que si no se justifica la conducta, entonces se está negando la herida. Pero esto es falso. Puedo tomar muy en serio la herida, considerar real el miedo, la humillación o el abandono vividos, y al mismo tiempo sostener que la forma de responder fue injusta o dañina. La grandeza de la empatía está justamente en permitir esta doble fidelidad: fidelidad a la verdad del sufrimiento y fidelidad a la verdad del juicio. Si uno de estos polos desaparece, la relación se deforma. Sin empatía, el juicio se brutaliza. Sin juicio, la empatía se sentimentaliza.

Esta cuestión se vuelve especialmente delicada cuando el propio sujeto usa su dolor como argumento de legitimación. “Hice esto porque me sentí destruido”, “reaccioné así porque me humillaron”, “te controlé porque tenía miedo de perderte”, “mentí porque no podía soportar el rechazo”. Todas estas frases pueden contener una gran verdad sobre el mundo interior de quien las pronuncia. Y deben ser escuchadas con seriedad. Pero no deben ser confundidas con una justificación suficiente. La tarea de la empatía consiste aquí en comprender el hilo que une el sufrimiento con la conducta sin convertir ese hilo en absolución. El dolor puede explicar. No por eso decide.

Esto exige una forma muy alta de lenguaje. No basta con asentir o condenar. Hay que aprender a decir cosas como: “entiendo cómo llegaste a esto, y precisamente por eso veo mejor tanto tu herida como el daño que has causado”; “veo que esto nace de un lugar real de miedo, pero ese miedo no vuelve justa esta conducta”; “comprendo por qué se te estrechó el mundo hasta reaccionar así, y aun así no puedo llamarlo correcto”. Estas frases no son evasivas.

Son expresiones de una inteligencia moral más madura, capaz de resistir la simplificación sentimental sin recaer en la dureza ciega.

Hay también una razón filosófica más profunda para sostener esta distinción. Si la empatía justificara automáticamente, entonces cuanto mejor comprendiéramos la condición humana, menos podríamos juzgarla. Y esto conduciría a una paradoja destructiva: la profundización del conocimiento del hombre anularía la posibilidad misma de la responsabilidad. Pero la experiencia moral indica otra cosa. Cuanto mejor comprendemos a los seres humanos, menos legítima parece la condena arrogante, sí; pero no por eso desaparece la necesidad de distinguir entre el bien y el mal, entre lo justo y lo injusto, entre el daño y su reparación. La comprensión de la fragilidad no anula la exigencia ética; la vuelve más concreta y menos orgullosa.

En el fondo, lo que está en juego aquí es la diferencia entre una ética de la comprensión y una ética de la excusa. La primera quiere saber más del otro para juzgar mejor y responder mejor. La segunda usa el saber sobre el otro para volver imposible la exigencia. La primera produce responsabilidad humanizada. La segunda, irresponsabilidad sentimentalmente legitimada. La empatía pertenece a la primera sólo si mantiene su distancia respecto de la justificación. En cuanto esa distancia se pierde, deja de ser una gran facultad moral y se convierte en una coartada afectiva.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía comprende la experiencia y el trasfondo de una acción; la justificación juzga esa acción como legítima o defendible. La primera puede y debe influir en la segunda, pero no se identifica con ella ni la vuelve automáticamente afirmativa.

Ésta es la diferencia decisiva. Sin ella, el lenguaje de la comprensión degenera en lenguaje de la excusa. Con ella, en cambio, la empatía conserva su dignidad: no como absolución blanda, sino como una forma de acceso al otro que vuelve el juicio más verdadero, más fino y menos bárbaro.

9.6. Empatía y amor

Pocas confusiones son tan seductoras como la que identifica la empatía con el amor. A primera vista, la confusión parece noble. ¿No es acaso el amor una forma suprema de comprensión del otro? ¿No ama mejor quien entiende más profundamente? ¿No hay en toda empatía verdadera un movimiento de salida de sí que la aproxima al amor? Todo esto contiene algo de verdad. Y, sin embargo, la identificación sigue siendo falsa. La empatía puede ser condición importante del amor, puede acompañarlo, enriquecerlo y purificarlo. Pero no es todavía amor. Y el amor, por su parte, excede de manera decisiva a la empatía. Si no se traza esta diferencia con rigor, se empobrecen a la vez el concepto de amor y el de empatía.

La razón central es sencilla: la empatía se ordena primariamente a la **comprensión de la experiencia ajena**; el amor, a la **afirmación del bien del otro**. La empatía intenta captar cómo se le da el mundo a alguien, qué sufre, qué teme, qué espera, qué sentido tiene para él una pérdida, una humillación o una alegría. El amor, en cambio, no se agota en comprender ese mundo. Quiere el bien del otro, lo afirma en su existencia, se orienta hacia su florecimiento, su verdad y su bien objetivo, incluso cuando ese bien no coincide con lo que el otro siente, desea o interpreta en un momento dado. La empatía entra en la interioridad del otro. El amor se compromete con su bien.

Esta diferencia es decisiva. Puedo comprender a alguien con gran hondura y no amarlo. Puedo captar con precisión sus miedos, sus

heridas, sus necesidades de reconocimiento, sus formas de defensa y su estructura afectiva, y usar incluso esa comprensión para manipularlo, dominarlo o simplemente mantenerme a distancia sin verdadero compromiso con su bien. La empatía, tomada por sí sola, no garantiza benevolencia radical. Tampoco fidelidad. Tampoco entrega. Tampoco perseverancia. Todas esas dimensiones pertenecen más propiamente al amor.

También puede ocurrir algo inverso: puedo amar a alguien de verdad y, sin embargo, comprenderlo imperfectamente. El amor humano no siempre viene acompañado de una lucidez empática plena. Muchas veces ama torpemente, a tientas, con zonas de ceguera, con esfuerzos sinceros pero limitados de comprensión. Esto no lo convierte todavía en falsa afección. Significa sólo que el amor y la empatía, aunque profundamente relacionados, no son la misma realidad. El amor puede existir con empatía deficiente. Y la empatía puede existir sin amor.

Esto obliga a una formulación importante: **la empatía puede hacer más inteligente al amor, pero no lo constituye por sí sola**. El amor necesita comprender mejor al otro para no dañarlo, para no reducirlo a proyección propia, para no confundir su bien con mis necesidades sobre él. En este sentido, la empatía es una aliada insustituible del amor maduro. Ayuda a salir del egoísmo disfrazado de entrega, del paternalismo, de la posesividad, del amor que cree saber sin escuchar. Pero el paso decisivo del amor no consiste sólo en entender. Consiste en querer el bien del otro por él mismo. Y esa voluntad de bien no está contenida sin más en el acto empático.

La diferencia puede verse con especial claridad en la relación con la verdad. La empatía, como ya se ha mostrado, puede comprender la experiencia del otro sin necesidad de corregirla todavía. Su centro

está en el acceso a su mundo vivido. El amor, en cambio, no puede desentenderse del bien verdadero del otro. Por eso a veces debe hacer algo que la sensibilidad contemporánea considera casi una traición de la cercanía: contrariar. No porque el amor disfrute la negación, sino porque no identifica el bien con la simple validación de lo que el otro siente o desea. Ama demasiado como para abandonar al otro dentro de su error sólo por no incomodarlo.

Aquí aparece una de las grandes superioridades éticas del amor respecto de una empatía aislada. La empatía puede quedarse demasiado cerca de la experiencia tal como se vive. El amor tiene que preguntarse, además, qué necesita realmente esa persona para su bien, incluso si eso implica frustrar, corregir, esperar o resistir. El amor no puede contentarse con comprender que el otro sufre; debe preguntarse si aliviar ese sufrimiento ahora, de esta manera, lo ayuda o lo debilita. No puede contentarse con entender por qué el otro actúa así; debe preguntarse si permitirlo sería colaborar con su daño. Ésta es una responsabilidad que va más allá de la empatía.

Por eso la identificación entre amor y empatía resulta especialmente peligrosa en una cultura que tiende a equiparar cuidado con validación. Si amar fuera, en el fondo, empatizar mucho, entonces la máxima forma del amor consistiría en comprender tanto al otro que ya no pudiera contradecirlo. Pero eso sería una degradación sentimental del amor. El amor más alto no es el que deja al otro intacto dentro de cada uno de sus estados, sino el que sabe unir comprensión y verdad, cercanía y exigencia, acogida y orientación. La empatía puede preparar esa síntesis. No la agota.

También conviene advertir que el amor tiene una dimensión de **fidelidad** que la empatía no posee por sí misma. Puedo empatizar intensamente en un momento y desaparecer después. Puedo

comprender hondamente una herida y no permanecer junto a quien la lleva. Puedo captar de modo admirable la interioridad de alguien y no asumir ninguna responsabilidad estable respecto de él. El amor, en cambio, incluye de manera mucho más fuerte la permanencia, la lealtad, la capacidad de sostener el vínculo a través del tiempo, incluso cuando la comprensión es parcial o cuando la cercanía afectiva pasa por momentos de sequedad. La empatía ilumina. El amor permanece.

Esta permanencia cambia el peso moral de la relación. Porque amar no es sólo tener buenos actos de comprensión. Es comprometer la propia libertad de una manera más duradera. Es dejar que el bien del otro entre en la estructura de las propias decisiones. En la amistad, en la pareja, en la paternidad, en ciertas formas de cuidado, el amor no consiste sólo en entender escenas aisladas del mundo del otro. Consiste en una disposición estable a no retirarse fácilmente de su bien. Por eso el amor puede atravesar incluso zonas donde la empatía inmediata se debilita. A veces no comprendemos bien a quien amamos y, sin embargo, seguimos queriendo su bien y permaneciendo.

Hay además una diferencia importante en la relación con el sufrimiento. La empatía puede acercarse al dolor ajeno y captarlo con gran fineza. El amor no sólo se acerca a él; lo asume de una manera más comprometida. No necesariamente lo sufre como propio, ni debe hacerlo de forma caótica, pero sí deja que el dolor del otro reoriente de manera más radical su forma de estar. El amor está dispuesto a cargar, a acompañar largamente, a sacrificarse en alguna medida, a sostener donde la empatía sola podría limitarse a comprender. Ésta es otra señal de que no son realidades equivalentes. El amor pone más en juego a la persona que ama.

Ahora bien, tampoco debe idealizarse el amor como si bastara por sí mismo sin empatía. Existe un amor ciego, posesivo, invasivo, lleno de buena intención y, sin embargo, profundamente deficiente. Es el amor que cree saber lo que el otro necesita sin haber entrado realmente en su perspectiva. El amor que protege cuando debería soltar, exige cuando debería escuchar, interpreta sin dejar hablar, decide por el otro en nombre de su bien, y al hacerlo termina reduciéndolo. La empatía corrige esta ceguera. Le recuerda al amor que el otro tiene un mundo propio, que no puede ser tratado como extensión de mis deseos por su bien. En este sentido, podría decirse que la empatía salva al amor del paternalismo y de la posesión.

La relación entre ambas realidades es, por tanto, de mutua necesidad asimétrica. El amor necesita empatía para no volverse ciego, posesivo o brutal. La empatía necesita amor —o al menos una orientación ética fuerte— para no quedarse en pura comprensión sin compromiso con el bien. Pero, aun necesitándose, no se confunden. La empatía puede ser una gran facultad relacional sin llegar al rango existencial del amor. Y el amor puede ser una gran forma de entrega sin alcanzar todavía la finura comprensiva que la empatía aporta.

Hay un punto particularmente importante donde la distinción se vuelve nítida: **puedo empatizar con alguien a quien no amo y amar a alguien incluso en momentos en que no lo comprendo del todo**. Esta doble posibilidad prueba que no estamos ante la misma realidad. Puedo empatizar con un adversario político, con un desconocido, con una persona difícil, con alguien que me ha herido. Comprendo algo real de su mundo sin que exista amor en sentido fuerte. Y puedo seguir amando a un hijo, a un amigo, a una pareja o a un padre incluso en un tramo de opacidad, incomprensión o

distancia interior. El amor y la empatía se cruzan, pero no se absorben.

También debe señalarse que el amor tiene una relación distinta con la singularidad. La empatía puede dirigirse ampliamente a muchos otros, incluso a cualquiera en principio. El amor, en cambio, suele tener una dimensión electiva y singularizadora mucho más intensa. No ama en general; ama a este. No sólo reconoce una interioridad; afirma una existencia concreta en su irrepetibilidad. La empatía me abre al otro como otro. El amor me vincula de manera más fuerte con este otro. La primera tiene una amplitud antropológica general. El segundo, una densidad personal y particular más marcada.

Esto no significa que el amor sea siempre más noble en todo sentido. Hay formas de amor enfermo, posesivo, ciego, destructivo, que una empatía lúcida podría corregir mucho. Pero sí significa que el amor introduce una dimensión que la empatía no contiene por sí sola: el querer el bien de alguien por él mismo y permanecer orientado por ese bien a través del tiempo. Si se pierde esta diferencia, se termina rebajando el amor a simple sensibilidad comprensiva o inflando la empatía hasta hacerla cargar con lo que no puede sostener sola.

La confusión entre ambas realidades tiene además consecuencias prácticas serias. Muchas personas creen que aman porque comprenden mucho o porque sienten con facilidad lo que el otro vive. Pero comprender no es todavía amar. Puedo entender tus heridas y no estar dispuesto a sacrificar nada por tu bien. Puedo captar tus miedos y seguir usándolos a mi favor. Puedo incluso mostrar una sensibilidad muy fina y, sin embargo, no tener verdadera fidelidad hacia ti. Del mismo modo, algunas personas creen no amar bien porque no siempre logran una comprensión perfecta. Pero amar bien no exige transparencia total. Exige orientación real hacia

el bien del otro, corregida y enriquecida por toda la empatía posible, sí, pero no reducida a ella.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía es la capacidad de comprender la experiencia ajena desde su perspectiva; el amor es la afirmación estable del bien del otro en cuanto otro. La primera puede enriquecer y purificar al segundo, pero no lo constituye ni lo sustituye.

Esta diferencia debe quedar firmemente instalada. Protege a la empatía de una inflación indebida y al amor de una sentimentalización comprensiva. Nos permite ver que comprender mucho no equivale todavía a querer el bien, y que querer el bien no basta si no se deja instruir por la realidad interior de quien es amado. Sólo desde esa doble verdad puede pensarse una relación plenamente humana: un amor que no sea ciego y una empatía que no se quede sin responsabilidad.

9.7. Empatía y respeto

La relación entre empatía y respeto exige una precisión especialmente rigurosa, porque ambos conceptos suelen aparecer juntos en el lenguaje moral contemporáneo y, sin embargo, no pertenecen al mismo plano. A veces se habla como si respetar consistiera simplemente en empatizar, o como si la empatía fuera la forma más alta del respeto. Otras veces, en sentido contrario, se reduce el respeto a una actitud fría, distante, meramente formal, y se reserva a la empatía todo el espesor humano del vínculo. Ambas oposiciones son pobres. La verdad es más compleja: la empatía y el respeto se necesitan, pero no se identifican. La primera abre acceso a la experiencia ajena; el segundo regula la forma en que esa

alteridad debe ser tratada. Sin empatía, el respeto puede volverse abstracto. Sin respeto, la empatía puede volverse invasiva.

Conviene empezar por una definición lo más limpia posible. El **respeto** es el reconocimiento práctico de que el otro posee una dignidad que limita mi arbitrariedad y prohíbe que lo trate como mera cosa, instrumento, superficie de descarga o material disponible para mi voluntad. El respeto introduce una medida. Me obliga a detenerme, a no ocuparlo todo, a no degradar al otro incluso cuando no lo comprendo plenamente, incluso cuando no siento simpatía por él, incluso cuando estoy en desacuerdo o incluso cuando su sufrimiento no me conmueve con intensidad. La **empatía**, en cambio, intenta comprender cómo se le da el mundo a ese otro, qué vive, qué le pesa, qué lo hiere, qué lo orienta y desde qué perspectiva interpreta lo que le ocurre. El respeto protege la dignidad. La empatía ilumina la experiencia.

Ésta es la primera diferencia decisiva. El respeto tiene un carácter más **normativo**. Me dice algo sobre lo que no debo hacer y sobre el tipo de relación que debo mantener con el otro en virtud de su condición de sujeto. La empatía, por su parte, tiene un carácter más **fenomenológico y comprensivo**. Me abre a su mundo vivido. El respeto puede operar incluso cuando el mundo del otro permanece bastante opaco para mí. Puedo no entender en profundidad a una persona y, sin embargo, tratarla con respeto. Puedo no compartir su visión, no sentir cercanía, no captar del todo sus heridas, y aun así reconocer que no me está permitido humillarla, usarla o anularla. Esto muestra que el respeto no depende por completo de la empatía. Tiene una autonomía moral propia.

Pero la relación inversa también importa. La empatía puede existir sin suficiente respeto. Puedo comprender bastante bien la

vulnerabilidad de otro, sus puntos de quiebre, su necesidad de aprobación, su miedo al abandono, su forma de derrumbarse, y usar ese conocimiento contra él. En ese caso hay una cierta empatía —o al menos una comprensión fina de su mundo interior—, pero no hay respeto. Esto prueba que la empatía, por sí sola, no garantiza rectitud moral. Puede ser instrumentalizada. El respeto introduce precisamente el límite que la empatía no pone por sí misma. Le recuerda al sujeto que lo comprendido no está a su disposición como poder.

Esta idea es crucial. Muchas personas creen que cuanto más comprenden a otro, más derecho tienen a intervenir sobre él, a explicarlo, a orientarlo, a hablar por él o incluso a decidir qué le conviene. Pero la comprensión sin respeto se vuelve fácilmente dominación. La empatía puede hacer al otro legible; el respeto impide que esa legibilidad se convierta en apropiación. Gracias al respeto, el otro no es sólo alguien cuya experiencia intento comprender, sino alguien cuya alteridad no puedo consumir ni administrar a mi antojo. El respeto protege al otro frente a los excesos de la misma cercanía empática.

Esto se ve con especial claridad en los vínculos íntimos. En la pareja, en la amistad, en la familia, uno puede llegar a comprender muy bien ciertas fragilidades del otro. Sabe qué lo desestabiliza, qué lo hiere, qué palabras tocan su miedo más hondo, qué ausencias lo desesperan, qué gestos lo hacen replegarse. Ese conocimiento puede servir para cuidarlo mejor. Pero también puede servir para manipularlo con una precisión devastadora. Allí se ve la diferencia. La empatía da acceso. El respeto decide si ese acceso se convierte en cuidado o en violencia. Sin respeto, la intimidad puede ser el lugar más perfecto del daño.

Hay, por tanto, una diferencia estructural entre ambos conceptos. La empatía tiende a acercar. El respeto tiende a **delimitar**. La empatía se mueve hacia el mundo del otro. El respeto cuida que ese movimiento no se vuelva invasión. La empatía quiere comprender más. El respeto sabe que comprender más no autoriza a poseer más. Esta asimetría es una de las más importantes de toda la vida moral. Porque muchas veces se imagina que el mayor peligro está en la distancia. Y, sin duda, la distancia fría puede ser brutal. Pero también la cercanía mal regulada por el respeto puede volverse asfixiante. Hay formas de "profunda comprensión" que humillan más que ciertas lejanías sobrias, porque ocupan demasiado la interioridad ajena.

Por eso el respeto no debe ser interpretado como frialdad o como mera forma social vacía. Tiene una profundidad antropológica más seria. Respetar al otro significa reconocer que, incluso cuando comparece íntimamente para mí, incluso cuando entiendo algo verdadero de su experiencia, incluso cuando su dolor me ha sido revelado con gran intensidad, sigue siendo otro. No deja de tener un adentro que no es mío, una originariedad que no me pertenece, una dignidad que me obliga a no reducirlo a objeto de mi saber o de mi buena voluntad. En este sentido, el respeto es la forma moral de la distancia buena.

Esto explica también por qué el respeto puede ser más estable que la empatía. La empatía fluctúa. Depende en parte de mi capacidad de atención, de mi energía afectiva, de mi madurez, de mi situación, de mi relación con la persona, de mis sesgos y de mi historia. Hay días en que comprendo más y días en que comprendo menos. Hay personas con las que empatizo con mayor facilidad y otras con las que me cuesta mucho. El respeto, en cambio, no debería depender

tanto de esa variación. Aunque no logre comprender bien al otro, aunque me resulte opaco, irritante o moralmente difícil, sigo estando obligado a no humillarlo, a no cosificarlo, a no usar su debilidad contra él. El respeto protege al vínculo moral allí donde la empatía no alcanza o no llega con suficiente fuerza.

Sin embargo, un respeto sin empatía corre el riesgo de volverse insuficiente. Puede mantenerse en un nivel correcto, incluso irreprochable, y seguir siendo demasiado abstracto. Trata al otro como sujeto de dignidad, sí, pero no entra de verdad en lo que vive. No lo humilla, pero tampoco lo comprende. No lo reduce a cosa, pero puede seguir manteniéndolo lejos. El respeto por sí solo puede producir relaciones justas en un sentido mínimo, pero no necesariamente relaciones hondas. La empatía añade precisamente ese espesor. Hace que el respeto no sea sólo reconocimiento formal de una dignidad, sino encuentro con una experiencia.

Podría decirse así: el respeto me impide cruzar ciertas líneas; la empatía me enseña mejor qué significa para el otro que yo las cruce o no las cruce. El respeto dice: “no puedes tratarlo como objeto”. La empatía me muestra cómo ese sujeto vive concretamente mi presencia, mi silencio, mi corrección, mi indiferencia, mi límite o mi cercanía. El respeto marca el umbral ético mínimo. La empatía profundiza la relación más allá de ese umbral. Por eso ambos conceptos no compiten. Se completan.

Esta complementariedad se vuelve particularmente importante en la crítica. Mucha gente teme que respetar al otro implique no contrariarlo, no corregirlo o no ponerle límites. Pero eso sólo ocurre cuando se confunde respeto con sumisión o con validación absoluta. El respeto verdadero no consiste en evitar toda

confrontación, sino en confrontar sin despojar al otro de su dignidad. La empatía ayuda a hacer esa confrontación más justa, porque permite comprender desde qué lugar vive lo que vive. El respeto, por su parte, impide que la corrección se vuelva humillación, sarcasmo o uso degradante de lo que se ha comprendido. Juntos permiten una forma alta de verdad relacional: la de corregir sin aplastar.

Hay además una diferencia importante en la relación con la igualdad. El respeto presupone, en un sentido fuerte, una igualdad de dignidad. Puede reconocer diferencias reales de situación, de edad, de autoridad, de capacidad o de responsabilidad, pero no convierte esas diferencias en fundamento de superioridad ontológica. La empatía no depende directamente de esa estructura igualitaria. Puedo empatizar con alguien desde posiciones muy asimétricas, e incluso sin haber purificado del todo mi mirada respecto de su dignidad. Esto vuelve todavía más claro por qué el respeto es normativamente indispensable. Corrige una tentación constante de la empatía: la de mezclarse con una forma de poder sobre el otro.

Esta corrección es especialmente necesaria en contextos de ayuda. Quien ayuda suele tener alguna ventaja situacional: más estabilidad, más recursos, más claridad, más control momentáneo de sí. Esa asimetría puede ser real y, en ciertos casos, necesaria. Pero si no está atravesada por el respeto, degenera con facilidad en tutela humillante. El otro ya no es acompañado, sino administrado. Se “entiende” su fragilidad, pero desde una altura que lo reduce. El respeto recuerda que la ayuda no debe cancelar la igualdad básica de dignidad. La empatía permite comprender mejor el sufrimiento. El respeto impide que la posición de quien ayuda se convierta en una identidad superior.

También puede verse la diferencia en la relación con la intimidad. La empatía tiende a buscar un acceso más profundo. Quiere comprender más, entrar mejor en el mundo del otro. El respeto sabe que no todo debe ser invadido, ni sabido, ni llevado a plena explicitación. Hay silencios que deben poder mantenerse, reservas que deben ser consentidas, ritmos que no deben ser forzados. Esto no significa indiferencia. Significa que la dignidad del otro incluye su derecho a no ser enteramente expuesto a mi deseo de comprender. Hay una forma de curiosidad empática mal regulada que se vuelve intrusiva. El respeto introduce aquí una sobriedad esencial. No todo lo que podría ser comprendido debe ser exigido.

En este punto aparece una de las formulaciones más finas de la relación entre ambos conceptos: la empatía tiende a acercarse; el respeto sabe detenerse. No para romper la relación, sino para preservar su verdad. Sin esa detención, la empatía puede volverse avidez de interioridad ajena. Quiere saber, interpretar, acompañar, entrar, iluminar. Todo ello puede ser valioso. Pero si no está regulado por el respeto, corre el riesgo de invadir zonas que el otro no puede o no quiere ofrecer todavía, o de imponer una cercanía que lo deja sin espacio propio. El respeto enseña a la empatía que la alteridad no sólo debe ser comprendida, sino también dejada ser.

Hay, además, una dimensión muy importante en la relación entre respeto y verdad. El respeto por la dignidad del otro no obliga a aceptar cualquier afirmación que haga, ni a suspender el juicio sobre sus actos o sus interpretaciones. Tratarlo como sujeto incluye también tratarlo como alguien capaz de verdad y de error. La empatía ayuda a comprender desde dónde se equivoca o desde dónde acierta. El respeto obliga a que incluso el disentimiento no lo degrade. En este sentido, el respeto no sólo limita la violencia;

también protege la seriedad del vínculo. No permite que el otro sea reducido a criatura demasiado frágil para la verdad. La infantilización es una falta de respeto tanto como el desprecio.

Esto es particularmente importante en una cultura que a veces confunde respeto con neutralización de toda exigencia. Se cree que respetar a alguien significa no ponerlo en cuestión, no hacerle sentir resistencia, no señalar su error, no frustrar su deseo o no confrontar su versión de las cosas. Pero esa idea degrada al otro, porque lo trata como incapaz de soportar interlocución adulta. El respeto fuerte no evita toda resistencia. Evita sólo la resistencia humillante, cosificante o arbitraria. La empatía hace que esa resistencia tenga más verdad. El respeto hace que no se vuelva degradación.

Podría decirse también que el respeto protege algo que la empatía, por sí sola, no siempre garantiza: la **libertad interior del otro**. Comprender a alguien no me autoriza a decidir por él, a ocupar su lugar, a interpretar en su nombre sin medida o a suponer que lo que veo de él me da derecho sobre él. El respeto recuerda que el otro no es sólo alguien para ser comprendido, sino alguien cuya vida no puede ser absorbida por mi comprensión. Tiene derecho a una opacidad legítima, a una respuesta propia, a un espacio de autodeterminación. La empatía madura acepta este límite; la inmadura tiende a desconocerlo. Aquí el respeto funciona como freno imprescindible.

También en la vida pública esta relación es crucial. Una sociedad puede proclamar mucho respeto en términos abstractos y, sin embargo, tratar a las personas o a los grupos de manera profundamente despersonalizada, porque no intenta comprender su experiencia concreta. Pero también puede desarrollar una gran sensibilidad hacia ciertas experiencias y, sin embargo, faltar al

respeto cuando convierte a quienes las viven en meros portadores de identidad herida, en objetos de gestión o en sujetos exentos de toda interlocución crítica. El equilibrio es difícil. Hace falta empatía para que el respeto no sea vacío. Hace falta respeto para que la empatía no sea paternalista ni invasiva.

La mejor formulación de la relación entre ambos conceptos podría ser ésta: **la empatía da espesor al respeto y el respeto da límite a la empatía**. Sin el primero, el segundo puede quedarse en formalidad sin calor. Sin el segundo, la primera puede convertirse en cercanía posesiva, manipulación fina o curiosidad intrusiva. La vida moral necesita las dos cosas: una comprensión que humanice y un principio que proteja. Sólo así la relación con el otro puede ser a la vez cercana y justa.

La formulación más rigurosa sería:

La empatía comprende la experiencia ajena; el respeto reconoce una dignidad que limita mi poder sobre esa experiencia. La primera sin el segundo puede volverse invasiva; el segundo sin la primera puede volverse abstracto.

Ésta es la diferencia decisiva. No basta con comprender al otro. Tampoco basta con no humillarlo. Hay una forma superior de relación humana en la que la comprensión se deja regular por el respeto y el respeto se deja profundizar por la comprensión. Ahí la alteridad no es ni absorbida ni mantenida a distancia de manera vacía. Ahí empieza una convivencia verdaderamente humana.

9.8. Empatía y tolerancia

Otra distinción necesaria es la que separa la empatía de la tolerancia. En el uso contemporáneo, ambas aparecen con frecuencia del lado de las virtudes “abiertas”, “no autoritarias” y

“respetuosas” frente a la diferencia. A veces incluso se las confunde casi por completo: se piensa que empatizar con alguien consiste, en el fondo, en tolerarlo; y que tolerar bien a alguien exige comprenderlo emocionalmente. Pero esta aproximación es conceptualmente imprecisa. La tolerancia y la empatía pueden apoyarse mutuamente, pero no nombran el mismo acto ni responden a la misma exigencia. La primera regula mi relación con aquello que no comparto o no apruebo. La segunda intenta comprender cómo se le da el mundo al otro desde su propia perspectiva. La tolerancia ordena la coexistencia; la empatía profundiza el acceso a la alteridad.

Conviene empezar por una definición sobria. La **tolerancia** consiste en admitir la presencia, la expresión o la existencia de algo o de alguien que no coincide con mi juicio, con mi gusto, con mi convicción o con mi modo de vida, sin por ello intentar anularlo o reprimirlo de manera ilegítima. Tolerar implica soportar una diferencia que no se resuelve en acuerdo. Su estructura básica no es de comprensión, sino de contención del impulso a excluir, imponer o suprimir. La empatía, en cambio, no se contenta con soportar la diferencia; intenta entrar en ella hasta donde sea posible, comprender su lógica interna, su mundo vivido, la experiencia desde la cual esa diferencia adquiere sentido.

La diferencia es importante porque la tolerancia puede existir con muy poca comprensión. Puedo tolerar a alguien sin entenderlo realmente. Puedo aceptar que viva, piense, crea o actúe de una manera distinta de la mía y, al mismo tiempo, seguir siendo bastante opaco a su mundo interior. La tolerancia me prohíbe ciertas formas de violencia o de imposición; no me obliga todavía a entrar en su perspectiva. Esto la vuelve moralmente valiosa, pero existencialmente más delgada. La empatía, en cambio, busca un

acceso más denso. No dice sólo: “acepto que existas aunque no coincidas conmigo”. Dice algo más difícil: “intento comprender cómo se te configura el mundo para vivir, pensar o reaccionar así”.

Por eso la tolerancia pertenece más claramente al orden de la **convivencia política y moral mínima**, mientras que la empatía pertenece al orden de la **comprensión relacional**. Una sociedad puede sostener una tolerancia razonable entre grupos, visiones o estilos de vida muy distintos sin que exista entre ellos una gran empatía recíproca. Basta con que se reconozcan límites, derechos, espacios de coexistencia y cierta renuncia a la imposición total. La empatía, en cambio, exige un movimiento adicional. No sólo soporta la diferencia; se deja interpelar por ella. No sólo renuncia a destruirla; intenta entenderla desde dentro.

Esto no significa que la tolerancia sea un valor menor. Sería un error. En muchas situaciones humanas, políticas e históricas, la tolerancia es un bien inmenso. Donde la alternativa es la persecución, la humillación, la censura o la violencia, tolerar ya es mucho. Pero justamente por eso no debe ser inflada hasta convertirla en algo que no es. Tolerar no equivale a comprender. A veces ni siquiera equivale a respetar en sentido fuerte, si la tolerancia es sólo resignación fría ante algo que se soporta con disgusto. Mucho menos equivale a empatizar. La empatía pide una implicación más honda del yo. La tolerancia puede mantenerse en un nivel bastante más exterior.

Hay un modo simple de ver la diferencia. La tolerancia es compatible con una distancia considerable. Puedo decir: “no comparto tu visión, no entro realmente en ella, incluso me resulta ajena o problemática, pero no por eso pretendo anularte”. La empatía, en cambio, no se satisface con esa distancia. Quiere saber qué ve el otro, qué teme, qué espera, qué herida o qué convicción le hacen

habitar esa diferencia. La tolerancia puede ser un acto de contención. La empatía es un acto de apertura.

También conviene advertir que la tolerancia tiene una relación distinta con el juicio. Tolerar no implica suspenderlo. De hecho, en el sentido más estricto, sólo tiene sentido hablar de tolerancia cuando algo me parece objetable, erróneo, incómodo o ajeno, y sin embargo renuncio a erradicarlo por razones superiores de prudencia, justicia, límite del poder o respeto por la libertad. Si no hubiera ningún juicio divergente, no hablaríamos propiamente de tolerancia, sino quizá de aprobación, afinidad o coincidencia. La empatía, en cambio, puede operar antes del juicio o atravesándolo de otra manera. Puedo empatizar con alguien sin haber decidido todavía qué pienso de lo que hace o dice; o puedo hacerlo mientras mantengo un juicio crítico firme. La tolerancia presupone con más claridad una diferencia ya establecida. La empatía puede penetrarla sin anularla.

Esto explica por qué la tolerancia y la empatía pueden entrar en combinaciones muy distintas. Puede haber tolerancia sin empatía: convivo contigo sin comprenderte realmente. Puede haber empatía sin tolerancia suficiente: entiendo profundamente tu mundo, pero sigo queriendo imponerte el mío o negarte espacio legítimo. Puede haber ambas: comprendo algo de tu experiencia y, además, acepto que la diferencia tenga derecho a existir dentro de ciertos límites. Y puede faltar ambas: ni comprendo ni soporto. Esta variedad muestra que no son sinónimos, aunque en algunos casos puedan fortalecerse mutuamente.

La empatía puede enriquecer mucho a la tolerancia. Porque tolerar sin comprender suele producir coexistencias frías, frágiles o llenas de estereotipos. Cuando no se intenta entrar en el mundo del otro, la diferencia se vuelve más fácilmente sospechosa, caricaturesca o

abstracta. Se la soporta, pero no se la humaniza. La empatía ayuda a que la tolerancia no sea mera resignación jurídica o social, sino convivencia más lúcida. Permite ver que detrás de una práctica, una reacción, una identidad, una sensibilidad o una convicción distinta hay una experiencia humana que no se reduce a rareza externa. Humaniza aquello que la tolerancia, por sí sola, podría dejar demasiado lejos.

Pero la tolerancia también corrige a la empatía en un punto importante. Le recuerda que no toda diferencia requiere o permite el mismo grado de penetración comprensiva. Hay ámbitos donde no se necesita una intimidad interpretativa muy profunda para establecer una convivencia justa. A veces basta con no invadir, no imponer, no perseguir, no humillar. La tolerancia protege así un espacio de distancia legítima. No me obliga a entenderlo todo ni a involucrarme intensamente en toda alteridad con la que convivo. Esto es importante, porque una cultura que absolutizara la empatía podría volverse invasiva, moralmente exhausta o incapaz de aceptar zonas de simple coexistencia respetuosa sin pretensión de fusión comprensiva.

Hay aquí una enseñanza política de gran valor. No toda comunidad humana puede organizarse sobre bases de gran empatía recíproca. Las sociedades complejas están formadas por personas y grupos con visiones muy distintas, a veces incompatibles en aspectos importantes. Pretender que todos se comprendan hondamente en todo puede ser irreal y, en algunos casos, incluso contraproducente. La tolerancia permite una paz relativa donde la empatía plena no está disponible. En ese sentido, tiene una humildad institucional que la empatía no siempre posee. No promete comunión profunda; garantiza un marco de coexistencia. Su tarea no es pequeña.

Sin embargo, cuando la tolerancia se convierte en ideal supremo, puede empobrecer la vida moral. Porque soportar al otro no es lo mismo que reconocer verdaderamente su mundo. Puedo tolerar lo que, en el fondo, sigo viendo como ajeno, inferior, incomprensible o apenas soportable. La tolerancia así entendida deja intacta una estructura de exterioridad. La empatía rompe algo de esa distancia. No se limita a dejar vivir; intenta comprender qué vida es ésa desde dentro. Por eso la empatía puede corregir una forma de tolerancia demasiado fría o demasiado autocomplaciente, esa que se siente moralmente suficiente por no excluir al otro, aunque nunca haya intentado de verdad escucharlo.

Esta diferencia se vuelve muy visible en los conflictos culturales, religiosos, políticos o generacionales. Hay una gran distancia entre decir: “no comparto nada de esto, pero acepto que exista” y decir: “no comparto esto, pero quiero comprender qué experiencia del mundo hace que para ti tenga este valor o este sentido”. Lo primero ya puede ser moralmente meritorio. Lo segundo introduce un grado más alto de humanidad. No reemplaza al primero, pero lo profundiza. La tolerancia mantiene la paz. La empatía puede empezar a construir comprensión sin exigir unanimidad.

También debe decirse que la tolerancia tiene límites más claros que la empatía. No todo puede ser tolerado sin más; hay conductas, prácticas o daños que deben ser resistidos, prohibidos o corregidos. La tolerancia está siempre atravesada por la pregunta por sus propios límites. La empatía, en cambio, puede dirigirse incluso hacia aquello que no es tolerable. Puedo intentar comprender la lógica interior de alguien cuya conducta debo rechazar firmemente. Esta posibilidad muestra una vez más la diferencia entre ambos conceptos. La empatía no suspende la necesidad de límites.

Permite que esos límites no se tracen desde la pura ceguera. La tolerancia decide hasta dónde puede extenderse la convivencia. La empatía puede seguir operando incluso más allá de ese umbral, en el plano de la comprensión.

Esta distinción es muy fecunda para evitar una confusión contemporánea bastante dañina: creer que comprender a alguien implica automáticamente tolerar su conducta o su visión. No es así. Puedo comprender muy bien por qué alguien piensa, siente o actúa de cierto modo y concluir, sin contradicción, que eso no debe ser aceptado, promovido o legitimado. La tolerancia y la empatía se cruzan, pero no coinciden. La primera regula el espacio de lo admisible. La segunda ilumina el mundo interior incluso de aquello que, en el plano práctico, no puede ser plenamente admitido. Esta diferencia protege a la empatía de ser reducida a mera permisividad.

También protege a la tolerancia de una inflación sentimental. A veces se habla de "tolerar con empatía" como si toda tolerancia debiera estar saturada de cercanía comprensiva. Pero no siempre es posible ni necesario. Hay diferencias que conviene simplemente dejar existir sin pretensión de gran intimidad. La vida común necesita también esa sobriedad. Lo decisivo es no convertir esa distancia en desprecio. La tolerancia cumple bien su función cuando reconoce límites de coexistencia sin exigir comprensión plena. La empatía cumple la suya cuando, allí donde es posible y necesario, profundiza esa coexistencia en dirección al reconocimiento vivido del otro.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La tolerancia consiste en admitir la existencia o expresión de una diferencia que no se comparte sin intentar suprimirla ilegítimamente; la empatía consiste en comprender la

experiencia desde la cual esa diferencia adquiere sentido para el otro. La primera permite coexistir; la segunda permite entrar en la alteridad sin necesidad de coincidir con ella.

Ésta es la diferencia esencial. Sin ella, la tolerancia se sentimentaliza y la empatía se rebaja a mera permisividad. Con ella, ambos conceptos quedan mejor situados: la tolerancia como virtud de contención y límite en la convivencia, la empatía como facultad de acceso comprensivo a la experiencia ajena. Cuando se integran bien, la vida común gana estabilidad y profundidad. Cuando se confunden, se pierde a la vez claridad moral y espesor humano.

9.9. Empatía e identificación

Entre todos los conceptos vecinos de la empatía, quizá ninguno sea tan cercano y, al mismo tiempo, tan peligroso como la **identificación**. La cercanía es evidente: tanto la empatía como la identificación implican una salida de sí, una aproximación intensa al otro y una cierta participación en su mundo. La confusión, por eso, resulta casi inevitable. Muchas personas creen que cuanto más se identifican con alguien, más empáticamente lo comprenden. Pareciera que la máxima forma de cercanía consistiría en decir: “yo soy tú”, “tu experiencia es la mía”, “lo que te pasa me pasa exactamente”. Pero esa intuición, aunque afectivamente seductora, es conceptualmente falsa. La identificación no es la culminación de la empatía. Es, con frecuencia, una de sus deformaciones más graves.

La razón de fondo ya ha aparecido varias veces, pero aquí debe ser formulada con toda nitidez: la empatía exige que el otro siga siendo otro. La identificación, en cambio, tiende precisamente a debilitar o borrar esa diferencia. En la empatía, la experiencia ajena comparece como experiencia ajena: la comprendo, me acerco a ella, me dejo

afectar por ella, pero no la convierto en prolongación de mí mismo. En la identificación, por el contrario, la distancia entre ambas interioridades se reduce hasta el punto de que el otro empieza a ser vivido como duplicación, espejo o extensión del propio mundo interior. La empatía preserva la alteridad. La identificación tiende a absorberla.

Conviene definir mejor. La **identificación** es un proceso por el cual el sujeto se reconoce, se proyecta o se prolonga a sí mismo en otro hasta el punto de experimentar una fuerte continuidad entre su propia vida interior y la ajena. A veces esto ocurre de manera explícita: “eres como yo”, “eso me pasó exactamente”, “te entiendo porque en el fondo somos lo mismo”. Otras veces ocurre de forma más implícita: el otro nos toca de tal manera que dejamos de percibir con claridad dónde termina su experiencia y dónde empieza la nuestra. Hay una apropiación por semejanza. El otro se vuelve demasiado familiar, demasiado transparente, demasiado fácilmente traducible a nuestros propios esquemas.

Esta estructura puede parecer muy íntima, y en cierto sentido lo es. Pero la intimidad que produce es engañosa si se confunde con comprensión rigurosa. Porque el problema central de la identificación es que reduce la singularidad ajena. En lugar de preguntarse qué significa esto para **él**, siendo quien es, en esta historia, con esta sensibilidad y en este mundo, el sujeto identificante responde demasiado pronto desde sí mismo: qué significaría eso para **mí**, o qué significó para mí en una escena análoga, o cómo encaja dentro de la historia que yo ya conozco. El otro queda capturado por una familiaridad que, lejos de respetarlo, lo empobrece.

Esta reducción puede adoptar formas muy distintas. La más evidente es la **identificación autobiográfica**. Alguien cuenta una pérdida, una humillación, una traición o un miedo, y de inmediato el oyente se instala en su propia experiencia semejante. No escucha ya desde la singularidad del otro, sino desde la memoria viva de lo que él mismo padeció. A veces esto produce una sensación cálida de conexión: "sé perfectamente lo que sientes". Pero esa frase suele ser intelectualmente abusiva. Lo que se sabe con certeza es otra cosa: se sabe lo que uno mismo sintió en una situación que se percibe como parecida. El salto desde esa semejanza hasta la experiencia del otro es precisamente el punto problemático. La identificación lo da por resuelto. La empatía lo trabaja con más humildad.

Hay también una **identificación emocional**. Aquí no se trata tanto de proyectar una historia propia como de quedar afectivamente arrastrado por el estado del otro. Su angustia me invade, su rabia me toma, su desesperación me desorganiza. La distinción entre acompañar una emoción y ser absorbido por ella se debilita. Esta forma de identificación suele ser celebrada como sensibilidad extrema, pero muchas veces dificulta la verdadera presencia. El sujeto ya no puede sostener al otro porque ha quedado demasiado dentro de la misma marea. La emoción ajena deja de ser algo que comprendo y acompaño; se convierte en algo que me gobierna también a mí. Lo que parece máxima cercanía puede ser, en realidad, una forma de pérdida de forma.

Existe además una **identificación moral**, quizá más sutil y culturalmente más prestigiosa. En ella, comprender la perspectiva del otro lleva a una alineación casi automática con su juicio. El sujeto siente que, para permanecer verdaderamente cerca, debe asumir no sólo la vivencia ajena sino también su interpretación y su

evaluación. Si el otro se siente ofendido, yo debo sentirme ofendido del mismo modo. Si él se considera traicionado, yo debo hablar ya desde el marco de la traición. Si se siente víctima, yo debo adoptar enteramente la posición de su inocencia moral. Esta identificación tiene una fuerza relacional muy intensa, pero desactiva una de las funciones más altas de la empatía: la posibilidad de comprender sin abdicar del juicio propio.

Aquí aparece una diferencia central. La identificación tiende a eliminar la distancia porque interpreta esa distancia como amenaza para el vínculo. La empatía, en cambio, descubre que la distancia bien sostenida no rompe el vínculo, sino que lo vuelve más verdadero. Comprender al otro no exige repetirlo. Estar cerca no exige volverse indistinguible. Acompañar no exige renunciar a la propia posición interior. La identificación vive la diferencia como falla de cercanía. La empatía madura la vive como condición de una cercanía no invasiva.

Esto se vuelve muy claro en el lenguaje. La identificación habla en un registro de equivalencia: “yo también”, “exactamente”, “somos lo mismo”, “sé perfectamente”, “eso es tal cual”. La empatía rigurosa, en cambio, habla más bien en un registro de aproximación respetuosa: “intento comprender”, “veo que esto te golpea de un modo muy hondo”, “puedo acercarme a lo que significa para ti”, “esto me deja ver algo real de tu experiencia”. La primera clausura rápido la diferencia. La segunda la conserva sin abandonar la cercanía.

La identificación puede ser humanamente comprensible y, a veces, incluso útil en dosis limitadas. Puede servir como puente inicial. Una semejanza vivida puede abrir sensibilidad hacia el otro. Una analogía autobiográfica puede volvernos más atentos a ciertos

matices. Una resonancia emocional puede impedir la indiferencia. El problema no está en toda identificación mínima, sino en su absolutización. Cuando la semejanza inicial se convierte en criterio soberano, el otro deja de ser verdaderamente escuchado. La identificación pasa entonces de ser un recurso preliminar a ser una forma de colonización.

Esto explica por qué la identificación suele ser enemiga de la sorpresa. Quien se identifica demasiado no deja mucho espacio para que el otro lo desmienta. Cree comprenderlo tan pronto que ya no está disponible para descubrir en qué precisamente no se parece a él, en qué su dolor tiene otra estructura, en qué su miedo nace de otro mundo, en qué su esperanza no cabe dentro de los esquemas conocidos. La identificación simplifica. La empatía complejiza. La primera se alimenta de la semejanza. La segunda sabe usarla sin quedar presa de ella.

También hay una diferencia importante en la relación con la ayuda. La identificación, al borrar distancias, puede hacer que el sujeto responda más a su propia necesidad de aliviar la escena que al bien real del otro. Quiere resolver rápido lo que siente como propio, quiere suprimir el malestar que ya está también en él, quiere restaurar una unidad afectiva amenazada. La empatía, en cambio, mantiene suficiente diferencia como para preguntarse: ¿qué necesita realmente esta persona?, ¿qué respuesta la ayuda de verdad?, ¿qué de mi propia conmoción pertenece más a mí que a ella? Esta pregunta sólo puede hacerse donde la alteridad no ha sido absorbida.

La identificación puede ser especialmente problemática en relaciones de cuidado, de acompañamiento o de autoridad. Un padre demasiado identificado con un hijo puede sufrir cada

frustración del hijo como si fuera propia y volverse incapaz de sostener límites o exigencias. Un terapeuta o acompañante demasiado identificado puede perder la forma necesaria para ayudar. Un amigo demasiado identificado puede quedar atrapado en la emoción o en la narrativa del otro sin poder ofrecerle una presencia más libre. Incluso el amor puede deformarse así. No toda fusión afectiva intensa es profundidad relacional. A veces es simplemente incapacidad de tolerar que el otro siga siendo otro.

Esto no significa que la identificación sea siempre egoísta en sentido vulgar. Muchas veces nace de un deseo sincero de cercanía, de solidaridad o de no dejar solo al otro. Precisamente por eso es tan importante distinguirla. Hay errores que nacen de la dureza y son fáciles de detectar. Hay otros que nacen de un exceso mal ordenado de implicación y son mucho más difíciles de corregir. La identificación pertenece a este segundo tipo. Puede parecer más humana que la sobriedad empática porque muestra más calor, más intensidad, más coincidencia visible. Pero esa apariencia engaña. La comprensión más respetuosa a veces es menos espectacular precisamente porque deja al otro existir en su diferencia.

La empatía fuerte podría definirse aquí, por contraste, como una **proximidad sin apropiación**. Se acerca a la vivencia ajena, la deja comparecer, resuena con ella en algún grado, entra en su estructura de sentido, pero no la convierte en copia de lo propio ni exige la desaparición del intervalo entre dos interioridades. La identificación, en cambio, opera por apropiación de semejanza. Quiere convertir el intervalo en continuidad. Donde la empatía pregunta “¿cómo se te da esto a ti?”, la identificación responde demasiado pronto “ya sé, porque esto es como lo mío”. La primera escucha. La segunda llena.

Hay, además, un aspecto moral especialmente importante. La identificación favorece mucho la parcialidad. Nos identificamos con más facilidad con quienes se nos parecen, con quienes comparten nuestro lenguaje emocional, nuestras experiencias, nuestros marcos culturales o nuestras heridas reconocibles. Esto estrecha el campo moral. Nos volvemos más sensibles a ciertos dolores y más ciegos a otros. La empatía, en cambio, aunque nunca sea totalmente inmune a sesgos, tiene en sí una vocación más amplia: intenta comprender incluso allí donde no hay semejanza fuerte. La identificación moraliza desde el parecido. La empatía intenta atravesar el parecido sin depender enteramente de él.

También por eso la identificación puede convertirse en una forma sutil de tribalismo afectivo. Comprendemos mejor a "los nuestros", a quienes sentimos como continuaciones de nuestra propia experiencia colectiva o individual. Y nos cuesta mucho más comprender al extraño, al adversario o al distinto. Esta dificultad no es meramente política; es estructural. La identificación se mueve bien en la proximidad de la semejanza. La empatía madura, en cambio, crece precisamente cuando aprende a no limitarse a ese territorio. Su grandeza está en no necesitar identidad para abrirse a la alteridad.

Podría decirse, entonces, que la identificación es una cercanía que devora la diferencia, mientras que la empatía es una cercanía que la custodia. Ésta es la formulación más importante. Porque muestra que el problema no está en la cercanía misma, sino en el modo en que se la habita. No se trata de enfriar el vínculo para evitar toda contaminación. Se trata de sostener una intimidad suficientemente viva como para comprender y suficientemente diferenciada como para no invadir.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La identificación consiste en reducir la experiencia ajena a una continuidad excesiva con la propia, mientras que la empatía comprende esa experiencia como ajena, permitiendo la cercanía sin borrar la diferencia entre ambas interioridades.

Ésta es la diferencia central. Sin ella, muchas de las formas más elogiadas de "gran conexión humana" resultan ser menos respetuosas de lo que parecen. Con ella, en cambio, se puede comprender que la verdadera profundidad relacional no exige repetir al otro, sino saber estar ante él con una cercanía que no lo absorba. Allí comienza una forma más alta de verdad en el vínculo.

9.10. Empatía y solidaridad

La distinción entre empatía y solidaridad es indispensable porque ambas suelen aparecer unidas en el lenguaje moral y político contemporáneo, pero pertenecen a órdenes distintos de la vida humana. La empatía se refiere, en su núcleo, a la comprensión de la experiencia ajena. La solidaridad, en cambio, se refiere a la decisión de vincularse con otros de manera activa, asumiendo alguna forma de responsabilidad compartida, apoyo mutuo o compromiso frente a una situación común, especialmente cuando hay injusticia, vulnerabilidad o conflicto. La empatía se mueve primero en el plano del acceso al mundo del otro; la solidaridad, en el plano de la acción conjunta o del posicionamiento práctico junto a otros.

La diferencia puede formularse de entrada así: la empatía dice, en su forma más propia, "intento comprender cómo vives esto"; la solidaridad dice "no quiero dejarte solo ante esto y me dispongo, de algún modo, a estar contigo o a actuar contigo". En la primera hay una primacía de la comprensión. En la segunda, de la vinculación

práctica. La empatía puede existir sin convertirse en compromiso. La solidaridad, en cambio, aunque a menudo se nutre de cierta comprensión de la situación ajena, incluye ya una toma de posición, una orientación de la voluntad y, en muchos casos, una disposición a asumir costos, cargas o riesgos.

Esto no significa que la solidaridad sea superior en todos los sentidos. Significa sólo que añade una dimensión que la empatía no contiene por sí sola. Una persona puede comprender muy bien la experiencia de quienes sufren una injusticia y, sin embargo, mantenerse pasiva, distante o prudentemente neutral. Puede captar con claridad el miedo, la humillación, la precariedad o la exclusión de otros y no dar el paso hacia una implicación real. En ese caso hay empatía, al menos en cierto grado, pero no solidaridad. Y esto es importante, porque corrige una ilusión muy extendida: la idea de que sentir o comprender ya sería, por sí mismo, una forma suficiente de compromiso moral. No siempre lo es.

Del mismo modo, puede haber solidaridad con escasa empatía. Personas o grupos se comprometen con una causa, con una comunidad herida, con una lucha política o con un colectivo vulnerable por convicción de justicia, por lealtad, por identidad compartida o por sentido del deber, sin comprender en profundidad la experiencia concreta de todos aquellos con quienes se solidarizan. La solidaridad puede apoyarse en principios, en convicciones o en pertenencias comunes sin haber alcanzado una comprensión fina del mundo vivido ajeno. Esto muestra que tampoco la solidaridad se deja reducir a la empatía. Tiene una lógica más práctica, más histórica y, muchas veces, más colectiva.

Hay aquí una diferencia estructural muy importante. La empatía es, en principio, una relación entre conciencias o entre sujetos

concretos: se orienta hacia la vivencia de alguien, hacia su perspectiva, hacia el modo en que algo se le da desde su mundo. La solidaridad, en cambio, puede asumir una forma mucho más amplia. Puede dirigirse no sólo a individuos, sino a grupos, comunidades, clases, pueblos, generaciones o causas compartidas. Uno puede ser solidario con trabajadores explotados, con una comunidad herida por la violencia, con personas desplazadas, con quienes padecen discriminación o con quienes enfrentan una catástrofe, sin tener acceso empático profundo a cada una de las experiencias singulares implicadas. La solidaridad opera con una escala más amplia y más histórica.

Esto hace que la solidaridad tenga una dimensión política más fuerte. No se reduce al encuentro interpersonal, aunque pueda expresarse allí. Supone una cierta conciencia de vínculos, estructuras, injusticias o destinos comunes. La empatía puede ayudar mucho a que esa conciencia no se vuelva abstracta. Puede poner rostro, cuerpo y mundo vivido allí donde la solidaridad correría el riesgo de convertirse en simple adhesión ideológica o identidad colectiva sin atención suficiente a la singularidad humana concreta. Pero la solidaridad no nace necesariamente de la empatía. Puede nacer de una convicción racional sobre la justicia, de una conciencia de pertenencia o de una decisión ética de no permanecer indiferente ante una situación objetiva de daño.

La diferencia se vuelve más clara si se observa el papel del sufrimiento. La empatía se acerca al sufrimiento como experiencia vivida por alguien. Quiere comprender cómo se ha vuelto el mundo para esa persona, qué significa para ella la pérdida, la amenaza, la exclusión o la herida. La solidaridad, en cambio, se orienta más bien a no dejar sola a esa persona o a ese grupo frente al sufrimiento, y a

asumir alguna forma de apoyo o de acción. La primera pregunta: "¿qué estás viviendo y cómo se te da esto?" La segunda pregunta: "¿qué exige de mí, de nosotros, esta situación, y cómo me sitúo junto a ti o junto a ustedes frente a ella?" La empatía ilumina la experiencia. La solidaridad organiza una relación práctica con ella.

Precisamente por eso la solidaridad puede incluir dimensiones que no dependen de una gran resonancia afectiva. A veces uno se solidariza no porque sienta intensamente el dolor del otro, sino porque entiende que hay algo objetivamente injusto o porque reconoce una responsabilidad compartida que no puede eludir. Esto es importante, porque corrige una moral demasiado sentimental. No todo compromiso humano serio nace de sentir mucho. A veces nace de un juicio, de una convicción o de un deber asumido con lucidez. La solidaridad puede sostenerse incluso cuando la empatía afectiva es limitada. Y eso no la vuelve menos valiosa.

Sin embargo, cuando la solidaridad carece por completo de empatía, corre el riesgo de endurecerse. Puede volverse programática, abstracta, instrumental o excesivamente subsumida en una causa general. El sujeto se compromete con "los otros", pero no ve ya con suficiente claridad a las personas concretas, con sus ambigüedades, sus ritmos, sus límites y sus mundos vividos singulares. Entonces la solidaridad puede degenerar en una forma de militancia que ama más la causa que a quienes la encarnan. O puede usar a los vulnerables como símbolos de legitimidad moral sin dejarse afectar realmente por su interioridad concreta. Aquí la empatía desempeña una función correctiva de primer orden. Devuelve singularidad a lo colectivo. Impide que el compromiso se vuelva demasiado abstracto.

La relación inversa también es decisiva. La empatía necesita a la solidaridad para no quedarse en pura contemplación sensible del sufrimiento. Una cultura puede emocionarse mucho ante ciertas heridas, comprender bien determinadas experiencias y, sin embargo, no traducir nada de eso en responsabilidad compartida, en transformación institucional, en apoyo real o en compromiso duradero. Entonces la empatía se vuelve episódica, estética o impotente. Comprende y se conmueve, pero no se organiza. La solidaridad corrige esta impotencia porque da forma práctica a la preocupación por el otro. La hace perseverar. La vuelve históricamente eficaz, al menos en alguna medida.

Puede decirse, por tanto, que la empatía humaniza la solidaridad y la solidaridad historiciza la empatía. La primera impide que el compromiso se vuelva abstracto, tribal o ciego a la singularidad. La segunda impide que la comprensión se quede en sensibilidad privada sin consecuencias. Allí donde ambas se integran bien, el vínculo moral gana a la vez profundidad y eficacia. Donde se separan, aparecen dos deformaciones opuestas: una empatía intensa y estéril, o una solidaridad firme pero despersonalizada.

También hay una diferencia importante en la relación con la semejanza. La solidaridad se basa con frecuencia en algún tipo de pertenencia compartida o de conciencia de destino común. No siempre, pero muchas veces. Uno se solidariza más fácilmente con quienes reconoce como parte de un “nosotros” real o posible: una comunidad, una clase, una historia, una vulnerabilidad compartida, una lucha común. La empatía, en cambio, aunque tampoco es inmune a los sesgos de semejanza, no depende necesariamente de ese “nosotros”. Puede dirigirse al extraño, al adversario, al ajeno, al que no pertenece a mi mundo común inmediato. Esto la vuelve, en

cierto sentido, más radicalmente abierta. La solidaridad une. La empatía puede atravesar fronteras sin necesidad de identidad compartida.

Pero esta misma diferencia muestra también un límite de la empatía. Puedo comprender al extraño y, sin embargo, no estar dispuesto a cargar con él, a vincular mi destino al suyo o a asumir responsabilidades comunes. La solidaridad va más allá. Introduce una dimensión de comunidad práctica, de "estar con" y, muchas veces, de "hacer con". No se contenta con reconocer que el otro sufre o vive algo importante. Se deja comprometer por ello de un modo más estructural. En este sentido, la solidaridad exige una forma de salida de sí que no se agota en la comprensión.

La vida política contemporánea ofrece múltiples ejemplos de esta diferencia. Hay gestos de empatía pública: escuchar testimonios, reconocer heridas, comprender el impacto de ciertas violencias, dejarse tocar por narrativas de sufrimiento. Todo ello importa y corrige brutalidades reales. Pero si ese reconocimiento no se traduce nunca en apoyos, decisiones, instituciones, cambios o lealtades compartidas, la empatía pública se vuelve performativa: parece moralmente intensa, pero deja intacta la estructura de abandono. La solidaridad exige algo más incómodo. No sólo oír y comprender, sino dejar que lo comprendido modifique compromisos, prioridades y costos asumidos.

También en la vida privada la diferencia es clara. Un amigo puede comprender profundamente una crisis que atravieso y, sin embargo, no estar realmente disponible cuando más lo necesito. Puede mostrar gran finura empática y poca lealtad práctica. Otro, en cambio, puede no comprender con tanta sutileza lo que vivo y, sin embargo, hacerse presente, sostener, acompañar y permanecer. La

forma más alta del vínculo uniría ambas cosas: una comprensión real del mundo del otro y una disposición estable a no abandonarlo. Pero justamente para ver esa plenitud hay que distinguir antes ambas dimensiones.

Conviene señalar además un peligro específico de la solidaridad cuando se separa de la empatía: la simplificación moral del otro en nombre de la causa compartida. Cuando alguien se solidariza fuertemente con un grupo o con una lucha, puede empezar a ver a quienes forman parte de ella menos en su complejidad personal y más en función de su lugar dentro del frente común. Las ambigüedades singulares estorban, las heridas concretas se traducen demasiado rápido a categorías generales, las personas se convierten en portadoras de una posición antes que en sujetos de experiencia irreductibles. La empatía, al devolver espesor al mundo vivido, resiste esta reducción. Recuerda que ninguna causa agota a las personas que la habitan.

Pero también hay un peligro específico de la empatía cuando se separa de la solidaridad: la selectividad sentimental. Comprendemos y nos conmovemos ante quienes se expresan mejor, ante quienes nos resultan más cercanos, ante las historias que encajan en nuestro horizonte emocional. Sin compromiso estructural, esa comprensión puede quedar dispersa, inconstante y dependiente de la intensidad del estímulo. La solidaridad da continuidad y forma a la preocupación moral. Evita que la relación con el sufrimiento ajeno dependa sólo del momento empático. Le da una dimensión de fidelidad.

Por eso, la integración entre ambas tiene una importancia ética y política enorme. La solidaridad sin empatía corre el riesgo de volverse dura, abstracta o instrumental. La empatía sin solidaridad

corre el riesgo de volverse impotente, episódica o autocomplaciente. La primera necesita ver mejor a las personas concretas; la segunda necesita asumir más peso histórico y práctico. Cuando ambas se corrigen, el otro es a la vez comprendido en su singularidad y acompañado en su situación.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía es la comprensión de la experiencia ajena desde su perspectiva; la solidaridad es la disposición a vincularse prácticamente con otros en apoyo, compromiso o responsabilidad compartida frente a una situación común, especialmente ante la injusticia o el sufrimiento. La primera humaniza el acceso al otro; la segunda le da forma histórica y práctica.

Esta diferencia permite pensar mejor el mapa moral del vínculo. Sin ella, la empatía se vuelve una palabra demasiado grande y la solidaridad demasiado emocional. Con ella, ambas recuperan su contorno propio: la empatía como puerta de acceso al mundo vivido del otro, la solidaridad como forma de estar con él o con ellos en el plano del compromiso. Sólo entonces pueden encontrarse de un modo verdaderamente fecundo.

9.11. Empatía y misericordia

La distinción entre empatía y misericordia exige una finura especial, porque ambas se acercan al sufrimiento ajeno, ambas corrigen la dureza y ambas pueden aparecer, en ciertos contextos, como formas altas de humanidad. Sin embargo, no nombran la misma realidad. La empatía se refiere, en su núcleo, a la comprensión de la experiencia ajena. La misericordia, en cambio, se refiere a una respuesta moral que, ante la miseria, la caída, la culpa, la herida o la

fragilidad del otro, renuncia a endurecerse y se inclina hacia una forma de bien que no reduce a la pura justicia retributiva. La empatía comprende. La misericordia perdona, sostiene, se abstiene de aplastar o busca restaurar.

Esta diferencia es decisiva. Puedo comprender con gran profundidad a alguien y no ser misericordioso con él. Puedo captar perfectamente el trasfondo de su error, la herida desde la que actuó, la presión que lo estrechó, la vergüenza que lo invade después, y aun así mantenerme en una lógica de severidad pura, de juicio sin indulgencia, de distancia sin posibilidad de reparación. También puede ocurrir lo contrario: puedo ser misericordioso con alguien sin haber comprendido plenamente toda la complejidad de su mundo interior. Veo bastante para no aplastarlo, para no reducirlo a su falta, para abrir una posibilidad de restauración o de trato no despiadado, aunque no posea una empatía extraordinariamente fina. Esto muestra que misericordia y empatía, aunque puedan aliarse poderosamente, no se identifican.

La **misericordia** tiene una estructura moral muy propia. Se activa especialmente cuando el otro aparece no sólo como sufriente, sino también como caído, culpable, frágil, humillado o expuesto a una respuesta que podría hundirlo aún más. Su pregunta implícita no es primero "¿cómo se le da el mundo?" sino algo más grave: "¿cómo responder a esta miseria sin convertir la verdad en crueldad?" La misericordia no niega necesariamente la falta, el daño o el error. Lo que se niega a hacer es reducir al otro enteramente a ellos. Introduce una especie de resistencia ética contra la tentación de la dureza absoluta.

La empatía puede preparar esa resistencia. Porque cuanto más comprendo el mundo del otro, más difícil resulta tratarlo como

simple caso de culpa o de fracaso. Veo la estrechez de su miedo, la confusión de su herida, la pobreza de recursos interiores con los que respondió, la manera en que el dolor deformó su juicio o su voluntad. Todo eso no borra la responsabilidad, pero la sitúa. Y al situarla, puede abrir el espacio donde la misericordia se vuelve posible. En este sentido, la empatía puede ser una de las puertas de la misericordia. Humaniza al que ha caído antes de que yo decida cómo responder a su caída.

Pero esa puerta no es todavía la misericordia misma. Porque la misericordia no consiste sólo en comprender. Consiste en una determinada **disposición del corazón y del juicio** frente a la miseria del otro. Una disposición que renuncia a usar la verdad como puro instrumento de aplastamiento, que resiste la satisfacción de condenar, que no confunde lucidez con dureza y que busca, cuando es legítimo, una forma de restauración o de trato no despiadado. Puedo entender muy bien por qué alguien mintió, traicionó, se degradó o dañó, y seguir sin dar ese paso. La comprensión abre la posibilidad. La misericordia decide no cerrarla.

Aquí se vuelve importante una diferencia con la compasión. La compasión se inclina hacia el sufrimiento. La misericordia se inclina, de manera más específica, hacia la miseria. Y la miseria no es sólo dolor padecido; puede incluir culpa, degradación, caída moral, impotencia espiritual, fracaso, ruina interior. La compasión se mueve con más claridad ante quien sufre. La misericordia muestra su verdad especialmente cuando el sufriente es también culpable, cuando el herido ha herido, cuando quien cae no puede ser tratado ni como pura víctima ni como puro malvado. Por eso la misericordia tiene una gravedad moral particular. Entra donde la compasión simple ya no basta.

La empatía puede operar en ambos casos, pero sigue siendo distinta. Puedo empatizar con el sufrimiento de una víctima y con la vergüenza de un culpable. Puedo comprender tanto a quien ha sido humillado como a quien, habiendo humillado, experimenta una mezcla de vergüenza, autoengaño y miedo a derrumbarse. La empatía no decide por sí sola qué hacer con cada caso. La misericordia, en cambio, aparece especialmente como respuesta ante la segunda escena: aquella en la que la miseria del otro no borra su responsabilidad, pero tampoco autoriza a destruirlo. Ahí la misericordia introduce una nobleza ética que la pura comprensión no contiene.

Esto explica por qué la misericordia no debe ser confundida con indulgencia blanda. Una misericordia sin verdad sería sentimentalismo. Pero una verdad sin misericordia puede volverse despiadada. La misericordia madura no niega el daño, no llama bien al mal, no absuelve por inercia, no elimina la responsabilidad. Lo que hace es otra cosa: rehúsa que la falta sea la última palabra sobre el ser del otro. Intenta ver en él algo más que su error. Y esa visión suele necesitar de la empatía para no ser abstracta. Porque sólo comprendiendo algo real de la historia, de la herida, de la confusión o del miedo del otro puede la misericordia dejar de ser una fórmula vacía.

Hay una gran diferencia entre decir “te perdono” o “te trato con misericordia” desde una superioridad que apenas ha mirado la complejidad de tu caída, y hacerlo después de haber comprendido algo verdadero de tu miseria interior. En el primer caso, la misericordia corre el riesgo de parecer gesto noble del fuerte hacia el débil. En el segundo, se vuelve más humana, menos teatral, más sobria. La empatía purifica así a la misericordia del peligro de

transformarse en magnanimidad exhibicionista. La vuelve más humilde, porque le recuerda que la miseria ajena no es puro espectáculo moral, sino mundo vivido que pide ser comprendido.

Al mismo tiempo, la misericordia corrige un límite interno de la empatía. Puedo comprender con profundidad el sufrimiento, la vergüenza o el fracaso de alguien y seguir siendo, en el fondo, demasiado duro. Puedo usar lo comprendido para juzgar mejor, pero sin abrir de verdad un espacio de reparación, de paciencia o de trato no aplastante. La misericordia añade justamente eso: una disposición a no cerrar al otro dentro de su peor momento. A no identificarlo por completo con su caída. A no ejercer una verdad que humille más de lo necesario. A veces incluso a renunciar legítimamente a una sanción o a una dureza que, aunque quizá merecida en algún sentido, no serviría al bien profundo de nadie.

Esto la convierte en una virtud especialmente delicada. Porque debe mantenerse entre dos abismos. Si se separa demasiado de la verdad y de la justicia, degenera en permisividad, encubrimiento o incapacidad de nombrar el mal. Si se separa demasiado de la empatía, degenera en una especie de superioridad indulgente que no ha entrado realmente en la miseria del otro. La misericordia madura necesita comprender sin excusar, y responder sin aplastar. No es tarea menor. Por eso no conviene reducirla ni a blandura ni a simple benevolencia.

Hay además una diferencia importante entre misericordia y piedad. La piedad, como se vio, tiende a mirar al otro desde arriba y a reducirlo a su fragilidad o desgracia. La misericordia auténtica, en cambio, no rebaja. Al contrario, se niega a que la caída del otro lo despoje por completo de dignidad. La piedad disminuye. La misericordia intenta restaurar. Puede ser firme, incluso severa en

ciertos aspectos, pero no goza del abatimiento del otro ni se alimenta de una superioridad confortable sobre él. En este sentido, la misericordia está mucho más cerca del amor que la piedad, aunque tampoco se confunda con él.

La vida humana ofrece ejemplos muy claros de esta distinción. Un padre o una madre pueden comprender la fragilidad detrás de una mentira grave de un hijo adolescente. Esa comprensión es empatía. Pero la misericordia aparece cuando, sin negar la gravedad del hecho ni renunciar a una corrección real, rehúsan tratar al hijo como si esa mentira definiera ya todo su ser. En la amistad ocurre algo similar: comprender el miedo detrás de una traición menor no basta todavía; la misericordia aparece cuando el amigo decide no destruir el vínculo por puro orgullo herido y deja un espacio para la reparación, si ésta es posible y justa. En el ámbito espiritual o jurídico, la diferencia es aún más visible: la comprensión del culpable no sustituye a la pregunta por la respuesta debida, pero la misericordia impide que la respuesta se convierta en aniquilación.

También en la relación con uno mismo esta diferencia es importante. Hay personas que comprenden muy bien sus propias heridas, su historia, sus condicionamientos, sus límites, y sin embargo son incapaces de una verdadera misericordia consigo mismas. Se juzgan con una dureza que ya no ilumina, sino que aplasta. Otras, en cambio, se conceden una pseudo-misericordia sin verdad, que en realidad es autoindulgencia. La misericordia bien entendida, también aquí, exige ambas cosas: comprensión empática de la propia miseria y negativa a dejarse reducir enteramente por ella, sin por eso borrar la responsabilidad. Esto muestra que la distinción no es sólo interpersonal; toca el corazón mismo de la vida moral.

Puede decirse, entonces, que la empatía se orienta primariamente a la **inteligibilidad de la miseria**, mientras que la misericordia se orienta primariamente a la **respuesta ante ella**. La primera pregunta: "¿qué le ocurre realmente a este ser humano para haber llegado aquí?" La segunda añade: "¿cómo responder a esto sin mentir, sin endurecerme de manera destructiva y sin negar su dignidad?" La primera ve. La segunda decide cómo no aplastar. La primera puede mover la sensibilidad. La segunda mueve la forma concreta del trato.

Es importante insistir en que la misericordia no es debilidad. De hecho, suele exigir más fuerza que la simple dureza. Es mucho más fácil condenar con seguridad limpia que sostener una respuesta donde verdad, justicia y restauración no se rompan del todo entre sí. La dureza simplifica. La misericordia complica. Obliga a mirar más, a comprender mejor, a medir la respuesta, a no entregarse a la satisfacción de la condena ni al alivio cómodo de la excusa. Por eso la misericordia suele ser intelectualmente más sobria y moralmente más exigente de lo que se cree.

También debe subrayarse que la misericordia no siempre se traduce en perdón completo, supresión de consecuencias o mantenimiento del mismo vínculo. A veces será necesario poner distancia, interrumpir una relación, sancionar, proteger a terceros o reconocer que cierta confianza ha sido lesionada de manera profunda. La misericordia no borra estas exigencias cuando son reales. Lo que cambia es el modo en que se hacen. Incluso al poner límite o al asumir una ruptura, puede mantenerse una relación no despiadada con la miseria del otro. La misericordia, por tanto, no se mide sólo por la blandura visible, sino por la negativa a reducir al otro enteramente a su peor acto.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía comprende la experiencia y la miseria del otro; la misericordia responde a esa miseria de un modo que, sin negar la verdad ni la responsabilidad, rehúsa endurecerse hasta el punto de reducir al otro por completo a su caída.

Ésta es la diferencia central. La empatía puede abrir el corazón a la complejidad del otro. La misericordia decide no usar esa complejidad para aplastar ni para absolver sin verdad, sino para responder de una manera más humana. Donde ambas se unen, el juicio moral se vuelve más profundo y menos brutal. Donde se confunden, o bien la comprensión se vuelve coartada, o bien la misericordia se sentimentaliza.

9.12. Empatía y perdón

La relación entre empatía y perdón es una de las más delicadas de toda la vida moral, porque toca un punto donde comprensión, herida, justicia y reconciliación se entrecruzan de una manera especialmente intensa. La confusión entre ambas es muy frecuente. Se piensa a veces que, si uno logra comprender de verdad a quien ha dañado, el perdón surge casi automáticamente, como si la empatía desactivara por sí sola la gravedad de la falta. O, en sentido inverso, se supone que perdonar consistiría simplemente en adoptar una mirada más empática sobre la debilidad del otro. Ambas ideas contienen algo verdadero, pero ambas son insuficientes. La empatía puede preparar el perdón, puede hacerlo más lúcido y menos orgulloso, pero no lo equivale ni lo garantiza. Y el perdón, por su parte, introduce una decisión moral que excede claramente a la comprensión.

Conviene comenzar por una definición sobria. La empatía, como se ha venido afirmando, consiste en comprender la experiencia ajena desde su propia perspectiva. El perdón, en cambio, consiste en una respuesta ante una ofensa o un daño por la cual quien ha sido herido decide no reducir definitivamente al ofensor a su falta y renuncia, de un modo u otro, a quedar fijado por entero en la lógica de la deuda, del resentimiento o de la pura retribución. Esta definición debe leerse con cuidado. Perdonar no significa negar que hubo daño. Tampoco significa declarar insignificante la herida, borrar la responsabilidad o suprimir toda consecuencia. Significa algo más difícil: no dejar que el mal recibido dicte por completo la forma futura de la relación con quien lo ha cometido.

La primera diferencia decisiva es, por tanto, ésta: la empatía se orienta primariamente a la **comprensión del ofensor y de su mundo interior**; el perdón se orienta primariamente a la **transformación de la relación moral con la falta y con quien la cometió**. La empatía pregunta: "¿qué ocurrió en él, desde qué herida, qué miedo, qué estrechez o qué desorden actuó así?" El perdón pregunta otra cosa: "¿qué haré yo ahora con esta ofensa, con esta deuda, con esta herida y con esta persona?" La primera se dirige hacia el mundo del otro. El segundo introduce una decisión del yo herido respecto del vínculo, del mal sufrido y de la posibilidad o imposibilidad de no quedar capturado por él.

Esto explica por qué puede haber empatía sin perdón y perdón con empatía limitada. Puedo comprender muy bien a quien me ha herido —ver su miedo, su fragilidad, su torpeza, la cadena de humillaciones que lo deformaron, la desesperación desde la que actuó— y, sin embargo, no estar en condiciones de perdonar. A veces porque la herida es demasiado reciente. Otras, porque el daño ha sido

demasiado grave. Otras, porque aunque comprenda, todavía no puedo abrir un espacio moral distinto sin traicionarme a mí mismo o sin falsear la verdad de lo ocurrido. También puede ocurrir algo diferente: puedo perdonar sin haber alcanzado una gran profundidad empática, quizá por convicción religiosa, por amor, por decisión ética, por voluntad de no quedar encerrado en el rencor o simplemente porque no quiero seguir siendo gobernado por la ofensa. El perdón puede apoyarse en una comprensión grande, pero no depende de ella de manera necesaria y suficiente.

Sin embargo, la empatía puede tener una función inmensa en el camino hacia el perdón. Porque una ofensa, cuando es mirada sólo desde la herida del ofendido, tiende con facilidad a endurecer la figura del ofensor. Quien me ha dañado aparece entonces casi exclusivamente como autor del daño. Todo su ser moral queda comprimido en ese acto o en esa secuencia de actos. La herida tiene una fuerza de simplificación muy poderosa. No siempre injusta —sería absurdo pedir a quien ha sido herido que vea desde el inicio con total ecuanimidad—, pero sí peligrosa si se vuelve definitiva. La empatía introduce aquí una fractura saludable. No niega el daño. No rebaja la gravedad de la ofensa. Pero impide que el ofensor quede completamente agotado por su acto. Lo devuelve, aunque sea parcialmente, a la complejidad de una existencia.

Esta complejidad es precisamente lo que el resentimiento tiende a perder. No porque el resentimiento sea simplemente una pasión irracional y despreciable. Hay resentimientos que nacen de heridas reales y que contienen una verdad moral importante: algo no estuvo bien, algo fue injusto, algo lesionó verdaderamente la dignidad. El problema aparece cuando esa verdad se congela de tal modo que el otro deja de ser alguien y se convierte en pura figura del agravio. La

empatía puede corregir esta congelación al mostrar que incluso quien ha hecho daño sigue siendo más que el daño que hizo. Puede estar deformado, asustado, dividido, ciego, herido, disminuido, culpable y, al mismo tiempo, seguir siendo un sujeto más amplio que su falta. Esta visión no perdona todavía, pero prepara un espacio donde el perdón se vuelve al menos pensable.

Ahora bien, aquí conviene establecer una frontera con máxima claridad: **comprender al ofensor no equivale a absolverlo**. Ésta es, quizá, la frase más importante de toda esta sección. Si la empatía hacia quien ha herido se convierte demasiado rápido en absolución, entonces traiciona a la víctima, a la verdad del daño y a la estructura misma del juicio moral. Comprender por qué alguien traicionó, humilló, mintió, manipuló o fue cruel no significa todavía que eso quede perdonado ni que deba dejar de nombrarse como falta. La empatía puede impedir la demonización total del otro. No por eso elimina la realidad de la deuda moral. El perdón auténtico sólo tiene sentido allí donde el mal ha sido reconocido como tal. Si el daño se diluye enteramente en la explicación psicológica, lo que aparece ya no es perdón, sino cancelación indebida de la verdad.

Por eso el perdón exige algo que la empatía no contiene por sí sola: una relación justa con la falta. No basta con ver la herida del ofensor. Hay que ver también la herida del ofendido. No basta con comprender el miedo, la torpeza o la miseria interior de quien actuó mal. Hay que mantener viva la realidad de lo que hizo. La empatía, orientada por sí sola hacia el mundo del otro, corre el riesgo de inclinar demasiado la balanza hacia el ofensor si no es corregida por la memoria del daño. El perdón maduro no comete ese error. No perdona porque haya olvidado ni porque el mal se haya revelado

ilusorio. Perdona, cuando perdona, a pesar de la realidad del mal y sin dejar de saberlo.

Aquí aparece una de las diferencias más profundas entre perdón y simple comprensión compasiva. La comprensión compasiva puede decir: “veo tu miseria, tu estrechez, tu historia, y por eso no quiero tratarte sólo como culpable”. El perdón añade algo más arriesgado: “aunque me has herido, no quiero que tu falta tenga la última palabra sobre la relación entre tú y yo, ni sobre mi propia vida interior”. Este paso es inmenso. Porque implica una decisión respecto del rencor, de la deuda y de la identidad moral del ofensor. Y esa decisión no está contenida sin más en la comprensión. La empatía puede ablandar el corazón. El perdón exige además una libertad capaz de renunciar a una forma de poder sobre el otro: el poder de fijarlo para siempre en la figura de quien me debe.

Esto no significa que el perdón tenga que traducirse siempre en reconciliación, restauración del mismo vínculo o supresión de límites. Una de las mayores confusiones contemporáneas consiste en identificar el perdón con el regreso automático a la cercanía anterior. Pero el perdón puede coexistir con distancia, con prudencia, con memoria viva del daño e incluso con la decisión de no reanudar una relación en el mismo nivel. Puedo perdonar una traición y, sin embargo, no reconstruir la confianza. Puedo perdonar una violencia y, sin embargo, mantener una separación necesaria. Puedo perdonar y seguir pensando que ciertas consecuencias son justas o imprescindibles. Esto es crucial, porque libera al perdón de un sentimentalismo que lo volvería moralmente impracticable en muchos casos. La empatía ayuda a comprender mejor al otro. El perdón, cuando se da, no obliga por sí mismo a restaurar toda forma previa de vínculo.

También debe decirse con claridad que no todo daño puede ser perdonado del mismo modo ni en los mismos tiempos. Hay ofensas leves donde la empatía puede facilitar un perdón casi inmediato, porque la estrechez del otro se vuelve rápidamente visible y la herida no ha alcanzado gran profundidad. Hay daños graves donde, aunque se comprenda mucho, el perdón exige un trabajo larguísimo o quizá no llega nunca en una forma plena. Y hay casos extremos donde la exigencia de perdón inmediato resulta moralmente obscena, porque presiona a la víctima a abreviar su verdad en nombre de una superioridad espiritual mal entendida. La empatía aquí cumple una función doble: puede ayudar a no demonizar al ofensor, pero también puede y debe ayudar a comprender la profundidad de la herida de quien ha sido dañado. Una teoría seria del perdón no puede olvidar jamás esta doble dirección.

Esto introduce una tensión muy importante. A veces se apela a la empatía para pedir perdón demasiado pronto. Se dice, implícita o explícitamente: “si comprendieras de verdad lo que le pasó, lo perdonarías”. Esta frase puede ser profundamente injusta. Porque convierte la comprensión en obligación automática de renunciar a la propia herida. Y eso no sólo deforma la empatía; también instrumentaliza el perdón. Comprender al ofensor no le concede un derecho inmediato sobre el corazón del ofendido. La empatía puede abrir una posibilidad de perdón, pero no puede imponerla legítimamente. El perdón, si es real, debe nacer de una libertad que ha atravesado la verdad del daño, no de una presión moral que obliga a parecer noble demasiado pronto.

En este punto resulta útil distinguir entre **empatía hacia el ofensor** y **empatía hacia el ofendido**. La cultura moral contemporánea, en ciertos registros, oscila de una a otra sin orden claro. A veces se

inclina tanto hacia la comprensión del daño recibido que el ofensor queda reducido a caricatura moral. Otras veces, reaccionando contra esa simplificación, se desplaza tan intensamente hacia la complejidad psicológica del ofensor que la víctima queda tácitamente invitada a relativizar demasiado pronto su herida. Una mirada más equilibrada exige ambas empatías. Sólo así el perdón, cuando llegue a ser posible, no traicionará ni la verdad del sufrimiento ni la complejidad de quien hizo sufrir.

La relación entre empatía y perdón se vuelve especialmente profunda cuando se comprende que ambos son enemigos de una lógica bárbara, pero no de la misma manera. La empatía combate la barbarie de la cosificación: impide que el otro sea reducido a simple monstruo, simple culpable abstracto o simple objeto de condena. El perdón combate otra barbarie: la fijación definitiva del vínculo en la lógica del daño y la deuda. La primera humaniza la mirada. El segundo humaniza la respuesta al mal. Pero ninguno sustituye al otro. Puede haber mirada humanizada sin perdón. Y puede haber un gesto de perdón que, sin suficiente comprensión, siga siendo algo superficial, precipitado o débilmente enraizado.

También debe subrayarse que el perdón introduce una relación peculiar con el tiempo. La empatía trabaja sobre el presente o sobre el espesor temporal de una experiencia. Quiere comprender cómo se ha llegado a esto, qué historia pesa, qué herida organiza la acción. El perdón, en cambio, actúa sobre la relación entre pasado y futuro. Se pregunta si el pasado dañino seguirá gobernando el futuro del vínculo o de la vida interior del ofendido de manera total. No lo borra, pero intenta decidir qué lugar tendrá. Esta operación es mucho más que comprensión. Es una forma de libertad moral frente al pasado. Y por eso no puede ser deducida simplemente de la empatía.

En algunos casos, la empatía puede incluso dificultar el perdón si se ejerce de manera desordenada. Si uno comprende tanto y tan rápido al ofensor que pierde contacto con su propia herida, el “perdón” resultante puede no ser verdadero perdón, sino evasión, miedo al conflicto, incapacidad de sostener la verdad del daño o una forma de sobreidentificación con la fragilidad ajena. En ese caso, la comprensión no ha preparado un perdón maduro, sino una cancelación prematura del juicio en nombre de una sensibilidad mal ordenada. Esto vuelve aún más importante la distinción. El perdón auténtico sólo puede nacer donde se ha mirado de frente tanto la falta como la miseria, tanto el daño como la humanidad de quien lo causó.

Hay una formulación especialmente fértil para pensar todo esto: la empatía vuelve el perdón **inteligible**; no lo vuelve **obligatorio**. Es decir, puede hacer que el perdón deje de parecer absurdo o imposible, porque muestra en el ofensor una complejidad que el odio o el rencor tendían a negar. Pero de ahí no se sigue que perdonar sea siempre lo debido, lo posible o lo sano en toda circunstancia. El perdón pertenece a otra capa de la vida moral. Requiere verdad, libertad, tiempo, y a veces también signos del otro: reconocimiento de la falta, arrepentimiento, intento de reparación. La empatía puede existir incluso cuando estos signos faltan. El perdón, en cambio, se mueve en una economía más compleja de la relación.

Podría decirse, por tanto, que la empatía hace posible una visión del ofensor más humana, mientras que el perdón transforma, cuando puede y debe hacerlo, la relación del ofendido con el mal recibido y con quien lo cometió. La primera combate la simplificación. El segundo combate el encierro en la pura lógica de la deuda. Pero ninguno opera correctamente sin el acompañamiento de la verdad.

Una empatía que negara la falta sería falsa. Un perdón que la negara también. La grandeza de ambos consiste en trabajar sobre el mal sin mentir sobre él.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía comprende la experiencia, la miseria o la estrechez desde la cual alguien ha dañado; el perdón es la decisión moral por la cual quien ha sido herido rehúsa fijar definitivamente al ofensor en su falta y rehúsa quedar él mismo enteramente gobernado por ella, sin por eso negar la verdad del daño ni borrar toda consecuencia.

Ésta es la diferencia esencial. La empatía puede preparar el terreno del perdón al devolver humanidad a quien ha hecho mal. Pero el perdón introduce una libertad y una transformación del vínculo que la comprensión, por sí sola, no contiene. Sin esta distinción, o bien se sentimentaliza el perdón, o bien se sobrecarga a la empatía con una tarea que no le corresponde. Con ella, en cambio, ambos conceptos recuperan su verdad propia: la empatía como acceso lúcido a la complejidad del otro, el perdón como una de las formas más altas, y más difíciles, de responder al mal sin reproducirlo.

9.13. Lo que queda del concepto después de las distinciones

Después de haber distinguido la empatía de la simpatía, la compasión, la piedad, la validación, la justificación, el amor, el respeto, la tolerancia, la identificación, la solidaridad, la misericordia y el perdón, puede surgir una impresión ambivalente. Por un lado, el concepto parece haberse aclarado. Por otro, podría parecer que ha quedado demasiado estrechado, como si al quitarle todo aquello con lo que suele confundirse hubiéramos terminado empobreciéndolo. Pero ocurre exactamente lo contrario. Las

distinciones no rebajan la empatía. La rescatan. Le devuelven un contorno sin el cual su amplitud aparente era, en realidad, una forma de debilidad.

Un concepto que significa demasiadas cosas al mismo tiempo termina orientando muy poco. Si “empatía” nombra a la vez simpatía, ternura, compasión, validación, aprobación, respeto, amor, solidaridad, misericordia y perdón, entonces deja de decir con precisión qué hace cada una de esas actitudes y qué tipo de respuesta exige cada situación humana. Su prestigio aumenta, sí, pero su poder de esclarecimiento disminuye. Las distinciones trabajadas en este capítulo han tenido precisamente la función contraria: impedir que el término siga actuando como una palabra-masa donde todo lo bueno se mezcla sin forma.

Lo que queda, entonces, no es un concepto empobrecido, sino uno más nítido. La empatía aparece ahora como una facultad específica: la capacidad de comprender la experiencia ajena desde su propia perspectiva, dejando comparecer al otro como sujeto de vivencias sin fundirse con él, sin reducirlo a proyección propia y sin convertir esa comprensión ni en acuerdo automático ni en justificación automática. Éste es su núcleo. Y lo primero que debe notarse es que ese núcleo ya es inmenso. No hace falta inflarlo para que resulte decisivo. Basta comprenderlo bien.

Gracias a las distinciones, puede verse además qué puede hacer la empatía y qué no puede hacer por sí sola. Puede abrir el acceso a la alteridad. Puede romper la cosificación. Puede volver más humano el juicio. Puede impedir simplificaciones brutales. Puede preparar la compasión, el respeto, el amor, la misericordia o incluso el perdón. Puede hacer más justas nuestras correcciones y más sobrias nuestras respuestas. Pero no puede, por sí sola, decidir el bien. No

contiene en sí misma la justicia, ni la prudencia, ni la verdad, ni la voluntad estable de bien, ni la fidelidad, ni la capacidad de perdonar. Puede servir a todas ellas. No las sustituye.

Esta limitación no disminuye su valor. Lo sitúa. Y situar un concepto no es rebajarlo; es impedir que se vuelva ideología. Una de las enfermedades morales más frecuentes de nuestro tiempo consiste precisamente en transformar una facultad real y valiosa en criterio total del bien. Cuando eso ocurre, se la idolatra y al mismo tiempo se la deforma. La empatía ha sufrido mucho ese destino. Se le ha pedido que sea comprensión, bondad, validación, justicia, consuelo, no violencia, superioridad moral y respuesta suficiente frente a toda herida. El resultado ha sido previsible: cuanto más se la cargaba de tareas, menos claro quedaba en qué consistía realmente.

Las distinciones, por tanto, no tienen una función puramente taxonómica. No se han trazado para ordenar palabras por gusto analítico, sino para proteger la arquitectura de la vida moral. Porque allí donde no distinguimos entre empatía y validación, terminamos confundiendo comprensión con asentimiento. Donde no distinguimos entre empatía y justificación, acabamos tratando toda herida como excusa. Donde no distinguimos entre empatía y amor, terminamos rebajando el amor a mera sensibilidad comprensiva. Donde no distinguimos entre empatía y respeto, exponemos al otro a una cercanía invasiva. Donde no distinguimos entre empatía y solidaridad, confundimos comprensión con compromiso efectivo. Las palabras aquí no son adornos: organizan la percepción moral.

Hay una consecuencia especialmente importante de todo lo trabajado hasta ahora. La empatía no aparece ya como una emoción blanda ni como una virtud sentimentalmente prestigiosa, sino como

una capacidad exigente, disciplinada y frágil. Exigente, porque requiere descentramiento, escucha, interpretación fina, autovigilancia frente a la proyección y capacidad de sostener diferencia sin fusión. Disciplinada, porque no puede quedar gobernada por la pura impresión afectiva ni por el simple agrado. Frágil, porque se deforma con facilidad: hacia la identificación, la validación indiscriminada, la compasión ciega, la piedad, la manipulación o la parálisis del juicio. Esta fragilidad obliga a pensarla mejor. No basta elogiarla.

También se vuelve visible algo más profundo: la empatía es una realidad intermedia. No es una virtud total, pero tampoco una simple técnica psicológica. No es puro conocimiento ni pura emoción. No es aún amor, pero sin ella el amor se vuelve fácilmente ciego. No es aún justicia, pero sin ella la justicia se vuelve fácilmente abstracta o brutal. No es aún misericordia, pero sin ella la misericordia puede ser hueca o superior. La empatía habita ese espacio intermedio en el que la alteridad se vuelve realmente presente antes de que la vida moral decida plenamente qué hacer con esa presencia. Éste es su lugar propio. Y es un lugar decisivo.

Podría decirse, por tanto, que la empatía ocupa una posición arquitectónica singular en la vida humana. No está en la cúspide de las virtudes, pero toca su umbral. No decide por sí sola el bien, pero transforma radicalmente la manera en que ese bien puede ser buscado. Es como una bisagra entre la experiencia del otro y la respuesta ética ante él. Sin ella, el otro se vuelve demasiado fácilmente objeto, categoría, obstáculo o abstracción. Con ella, el otro comparece como alguien. Y ese simple “alguien” cambia el tono entero de la conciencia moral.

Pero precisamente porque su función es tan importante, no debe ser romantizada. Las distinciones han servido también para mostrar que la empatía puede ponerse al servicio del bien o del mal. Puede hacer más fino el cuidado y más exacta la manipulación. Puede alimentar la compasión y también la estrategia. Puede humanizar la crítica y también sofisticar la dominación. No es una facultad inocente. Su valor moral depende, en gran parte, de la arquitectura más amplia en la que se inserta: verdad, justicia, amor, responsabilidad, respeto, prudencia. Separada de estas realidades, no sólo es insuficiente; puede ser peligrosa.

Esto obliga a abandonar definitivamente una imagen muy difundida: la de la empatía como virtud autosuficiente. No lo es. Y entender por qué no lo es constituye un avance, no una pérdida. Porque sólo entonces se puede pedir a la empatía lo que de verdad puede dar. Puede dar acceso, sensibilidad relacional, finura interpretativa, descentramiento, corrección de la ceguera del yo y humanización del juicio. Ya es muchísimo. Pero no puede cargar sola con el peso entero del bien. Cuando se le exige eso, se la convierte en un ídolo moral. Y todo ídolo moral termina empobreciendo el pensamiento y confundiendo la acción.

Hay además una ganancia metodológica importante. Después de todas estas distinciones, la empatía ya no puede ser usada de manera retórica sin que resulte visible la falta de precisión. Ya no basta decir “hace falta más empatía” y creer que con eso el problema está formulado. Habrá que preguntar: ¿falta comprensión de la experiencia ajena? ¿falta respeto por su dignidad? ¿falta compasión? ¿falta voluntad de bien? ¿falta solidaridad práctica? ¿falta misericordia? ¿falta disposición a perdonar? ¿falta escucha? ¿falta verdad? La palabra “empatía” deja de ser un comodín moral y

se vuelve una pregunta más precisa. Esto ya es una gran victoria intelectual.

También gana profundidad nuestra comprensión del error contrario. Ahora sabemos mejor qué significa carecer de empatía. No significa simplemente no ser agradable, no validar de inmediato o no ceder. Significa, en sentido fuerte, fracasar en el intento de dejar comparecer al otro como sujeto de experiencia, reducirlo demasiado pronto a una categoría, a una conducta, a una etiqueta o a un juicio sin haber intentado comprender su mundo vivido. Esta definición más estricta impide acusaciones emocionales demasiado rápidas y, al mismo tiempo, vuelve más grave la verdadera falta de empatía. Porque ya no se trata de modales, sino de relación con la alteridad.

Hay una última consecuencia que conviene subrayar. Las distinciones hechas en este capítulo no sólo aclaran a la empatía; también la vuelven más sobria y, por eso mismo, más confiable. Una palabra demasiado prestigiosa y demasiado amplia genera sospecha. Parece prometer demasiado. En cambio, un concepto bien delimitado puede ser usado con más rigor. Sabemos ya que la empatía no exige simpatía, no equivale a compasión, no puede confundirse con piedad, no se agota en la validación, no justifica por sí sola, no es todavía amor, necesita respeto, no se identifica con tolerancia, se corrompe en la identificación, no sustituye la solidaridad, no es aún misericordia y no produce automáticamente perdón. Todo esto, lejos de empobrecerla, la vuelve intelectualmente habitable.

Queda entonces un concepto más humilde y más fuerte a la vez. Más humilde, porque ya no pretende ocupar el lugar de toda virtud. Más fuerte, porque puede hacer mejor lo que le corresponde.

Comprender la experiencia ajena desde su perspectiva, sin fundirse con ella ni capitular ante ella, es una tarea mucho más alta de lo que parecía cuando la palabra estaba rodeada de inflación sentimental. La empatía, entendida así, deja de ser consigna y se convierte en disciplina de la conciencia.

Y justamente por eso el paso siguiente no puede ser ya simplemente distinguirla de otros conceptos, sino confrontarla con aquello que, desde el principio de esta obra, se ha mostrado como una exigencia irrenunciable: la verdad, el juicio y la justicia. Porque una vez depurado el concepto, la gran pregunta vuelve con toda su fuerza: ¿qué lugar exacto ocupa la empatía dentro de una vida que no puede renunciar ni a comprender al otro ni a juzgar bien lo real? Allí se jugará, finalmente, la cuestión decisiva.

PARTE V

EMPATÍA, VERDAD Y JUSTICIA

CAPÍTULO 10.

EL LUGAR EXACTO DE LA EMPATÍA EN LA VIDA MORAL

10.1. Por qué comprender no basta

La gran tentación contemporánea consiste en creer que una vez alcanzada la comprensión del otro, la tarea moral esencial ya estaría cumplida. Esta tentación nace de una intuición verdadera y de una conclusión falsa. La intuición verdadera es que ningún juicio serio sobre un ser humano debería hacerse ignorando su mundo vivido, su historia, sus heridas, sus temores, sus estrecheces y la forma concreta en que una situación se le presenta. La conclusión falsa es que, una vez comprendido todo eso, el problema de la verdad, del bien y de la justicia se vuelve secundario o incluso superfluo. En

otras palabras: se parte con razón de que comprender es indispensable y se termina sosteniendo, sin razón suficiente, que comprender basta.

Éste es uno de los errores más decisivos que hay que combatir si se quiere pensar la empatía con rigor. Comprender no basta. No basta para decir qué es verdadero. No basta para decidir qué es justo. No basta para determinar qué debe hacerse. No basta para resolver qué parte de una interpretación corresponde a los hechos y cuál a la herida, al miedo, a la proyección o al autoengaño. No basta para saber cuándo aliviar, cuándo corregir, cuándo perdonar, cuándo poner límites y cuándo sostener una exigencia. La comprensión es necesaria, pero no suficiente. Y sólo una teoría moral intelectualmente madura se atreve a sostener ambas cosas a la vez.

La razón profunda es clara. Comprender al otro significa captar cómo se le da el mundo. Pero que el mundo se le dé de cierto modo no significa todavía que se le dé correctamente en todos sus aspectos ni que la respuesta práctica que él extrae de esa experiencia sea justa. La vivencia tiene una verdad fenomenológica: realmente se siente así, realmente sufre así, realmente teme así, realmente interpreta así desde un cierto horizonte. Esa verdad debe ser respetada. Pero no es todavía toda la verdad. Entre la realidad de la experiencia y la verdad del juicio media una distancia que la empatía no elimina por sí sola.

Este punto es tan importante porque vivimos en una época muy inclinada a transformar la experiencia subjetiva en una fuente ampliada de legitimidad. Si alguien vive algo con gran intensidad, tendemos a suponer que su lectura de los hechos debe poseer un valor casi privilegiado. Y si otra persona introduce una distinción crítica, corremos el riesgo de interpretarla como una agresión o una

ceguera. En ese contexto, la empatía se convierte fácilmente en un aliado involuntario de la confusión. Ya no sirve para comprender mejor al otro, sino para blindar su interpretación frente a la corrección. La empatía pierde entonces su función más noble y se transforma en instrumento de inmunidad emocional.

Pero comprender no basta precisamente porque el ser humano puede vivir algo de manera real y, al mismo tiempo, leerlo parcialmente mal. Puede sentirse humillado donde hubo corrección dura pero no humillación deliberada. Puede sentirse abandonado donde hubo límite legítimo o torpeza relacional, no abandono en sentido fuerte. Puede sentirse despreciado donde hubo indiferencia, cansancio o ineptitud, no desprecio propiamente dicho. Puede sentir una amenaza insoportable donde sólo había frustración necesaria. Puede incluso sentirse moralmente puro desde una herida real y, sin embargo, estar usando esa herida para dañar. La experiencia importa enormemente. Pero no equivale sin más a la verdad completa de la situación.

Esto obliga a reintroducir una distinción que la sentimentalización contemporánea debilita continuamente: la distinción entre **comprender una vivencia** y **afirmar la corrección de una interpretación**. La empatía hace lo primero. La verdad exige también lo segundo. Y la vida moral no puede renunciar a ninguna de las dos tareas. Si renuncia a la comprensión, se brutaliza. Si renuncia al juicio sobre la verdad, se sentimentaliza. La madurez consiste precisamente en sostener ambas dimensiones sin dejar que una anule a la otra.

Puede formularse así el problema: la empatía revela cómo es vivido algo; la verdad exige además preguntar qué es ese algo. Esta pregunta suplementaria no es una falta de humanidad. Es parte

esencial de una relación humana digna. Porque tratar al otro como sujeto no significa sólo recibir lo que vive, sino también tomar suficientemente en serio su relación con la verdad como para no abandonarlo dentro de toda apariencia inmediata. Quien se limita a validar cada vivencia como si ya encerrara su propia interpretación definitiva no está necesariamente tratando mejor al otro. A veces lo está dejando solo dentro de una forma de mundo que necesita ser revisada, contrastada o corregida.

Aquí aparece una de las tesis centrales de esta parte del libro: **la empatía no es rival de la verdad; lo que la deforma es la idea de que deba sustituirla**. La comprensión del otro es una condición preciosa para que el acceso a la verdad no sea ciego, orgulloso o cruel. Pero sólo cumple bien esa función cuando acepta que hay algo más allá de ella: el trabajo difícil de discernir qué parte de una experiencia ilumina la realidad y qué parte la deforma. La empatía sin esta aceptación degenera. Se vuelve incapaz de soportar la distancia entre sentir y juzgar, entre vivir algo con intensidad y concluir bien a partir de ello.

Por eso es tan importante insistir en que la comprensión no se opone a la crítica, sino a la crítica mal hecha. Una crítica sin empatía juzga desde fuera, sin haber entrado en la lógica de la experiencia ajena. Corre el riesgo de ser tosca, prematura, humillante o abstracta. Pero una comprensión sin verdad puede ser igual de dañina, aunque de otra manera. Puede dejar intacto el error, reforzar la mala interpretación, aflojar la responsabilidad donde no corresponde o consagrar la herida como criterio soberano. La oposición correcta no es, pues, entre empatía y juicio, sino entre dos formas defectuosas de relacionarlos: la del juicio sin comprensión y la de la comprensión sin exigencia de verdad.

Esta exigencia se vuelve particularmente visible en la educación. Un buen educador debe comprender cómo vive el alumno la dificultad, el fracaso, la vergüenza, la frustración o el miedo. Sin esa comprensión, la enseñanza se vuelve fácilmente humillante o mecánica. Pero si se quedara sólo en comprender, tampoco educaría. Tendría que introducir la verdad del contenido, la verdad del límite, la verdad de la responsabilidad, la verdad de la exigencia. Educar implica precisamente no sacrificar ninguna de estas cosas. La empatía le impide tratar al alumno como máquina de rendimiento. La verdad le impide reducir la educación a contención emocional. Comprender no basta. Pero sin comprender, la verdad pedagógica puede volverse estéril o cruel.

Lo mismo ocurre en la amistad. Un amigo verdadero no es sólo quien siente conmigo o me comprende, sino también quien sabe decirme la verdad sin dejar de comprenderme. De hecho, una de las formas más altas de la amistad consiste en esa capacidad de introducir un juicio verdadero dentro de una relación que no reduce al otro a su error. Si un amigo sólo comprende y nunca cuestiona, acaba volviéndose espejo complaciente. Si sólo juzga y nunca comprende, se vuelve duro o arrogante. La amistad madura une ambas cosas: comprensión profunda y verdad no servil. Allí se ve con claridad que la empatía es indispensable, pero insuficiente.

También el amor confirma esta estructura. Si amar fuera sólo comprender, entonces bastaría con entrar intensamente en el mundo del otro para haber alcanzado la forma más alta del vínculo. Pero ya se vio que no es así. El amor quiere el bien del otro, y ese bien no siempre coincide con lo que el otro vive inmediatamente como deseable, justo o consolador. Por eso el amor necesita comprender y, al mismo tiempo, sostener una relación más amplia con la verdad.

Hay amores que fracasan no por falta de afecto, sino por incapacidad de corregir, de frustrar o de introducir una verdad que el otro no desea oír. Comprender no basta para amar bien. Ayuda enormemente, pero no decide por sí solo el bien.

Hay una razón filosófica todavía más honda. La verdad no coincide nunca enteramente con la experiencia subjetiva, aunque la experiencia sea uno de sus lugares de manifestación más importantes. La conciencia humana no vive en acceso puro a las cosas. Vive en interpretaciones, perspectivas, heridas, hábitos de atención, expectativas, defensas y narrativas de sí. Todo ello forma parte de la experiencia y debe ser comprendido. Pero justamente porque forma parte de ella, la experiencia misma necesita ser pensada, no sólo acogida. El ser humano no es transparente ni para sí ni para los demás. La empatía nos acerca a ese espesor. La verdad exige además trabajar sobre él.

Esto no debe leerse como un regreso a una fría superioridad racionalista. La verdad de la que aquí se habla no es un sistema abstracto impuesto desde fuera contra la vivencia. Es una tarea de discernimiento que intenta hacer justicia tanto a lo que se siente como a lo que es, tanto a la herida como a los hechos, tanto a la perspectiva como al mundo compartido. La comprensión del otro no queda descartada en nombre de una objetividad deshumanizada; al contrario, se vuelve uno de los caminos imprescindibles para que la búsqueda de verdad no sea ciega. Pero precisamente por ser camino, no debe ser confundida con término.

La tentación de convertir la comprensión en término final nace también de una dificultad afectiva: juzgar después de comprender parece más duro que juzgar desde la distancia. Una vez que he entrado en el miedo del otro, en su fragilidad, en su vergüenza o en

su historia de daño, me resulta mucho más difícil sostener una crítica, una corrección o un límite. Y esto es comprensible. Pero de esa dificultad no se sigue que el límite o la crítica ya no sean necesarios. Lo que se sigue es que deben ser ejercidos de otra manera: con más exactitud, con menos orgullo, con menos simplificación y con más peso de humanidad. Comprender no elimina la necesidad de la verdad; la vuelve moralmente más costosa y, por eso mismo, más seria.

A veces se objeta que introducir verdad o juicio después de comprender equivale a traicionar la vulnerabilidad del otro. Pero esa objeción confunde dos cosas. Una cosa es usar la verdad como arma contra una vulnerabilidad no comprendida. Eso sí sería una forma de traición. Otra muy distinta es dejar que la comprensión de esa vulnerabilidad transforme la manera de decir, medir y aplicar la verdad sin por ello negarla. La primera actitud es brutal. La segunda es exigente y humana. La empatía no pide que renunciemos a la verdad; pide que no la ejerzamos como si el otro no sintiera, no temiera y no sufriera. Ésa es una exigencia alta, no una renuncia al juicio.

El error simétrico sería creer que, como comprender no basta, entonces la empatía podría ser relegada a un segundo plano. Pero tampoco es así. Una verdad sin comprensión puede ser formalmente correcta y existencialmente devastadora. Puede acertar en el contenido y fallar por completo en la relación. Puede ver algo verdadero y destruir la posibilidad de que esa verdad sea recibida, porque no ha tomado en cuenta el mundo vivido al que se dirige. Esto es especialmente visible en personas que “dicen la verdad” de manera constante y, sin embargo, hieren, endurecen y simplifican. No fallan en la existencia de la verdad; fallan en la

estructura humana de su comunicación. La empatía no sustituye a la verdad, pero la civiliza.

Podría decirse entonces que comprender no basta porque el ser humano necesita algo más que ser visto en su experiencia: necesita también ser conducido, cuando corresponde, a una relación menos deformada con la realidad. A veces eso significará alivio. A veces, corrección. A veces, ambos. A veces, sólo presencia. A veces, una resistencia firme. No hay un único resultado. Lo que no puede ocurrir es que la comprensión se vuelva principio suficiente de toda respuesta. Sería demasiado poco para una vida moral que no puede renunciar ni al cuidado ni al discernimiento.

Esta tesis tiene consecuencias importantes para la autocomprensión de la empatía. La libera de una carga imposible. Ya no tiene que ser la facultad total que resuelve por sí sola todas las decisiones humanas difíciles. Le basta con ser lo que realmente es: una forma de acceso a la alteridad que vuelve más humano el terreno sobre el cual la verdad, el juicio y la justicia tendrán después que trabajar. Éste es un papel inmenso. No hace falta inflarlo hasta convertirlo en absoluto. Comprender no basta. Pero sin comprensión, lo que viene después corre demasiado fácilmente el riesgo de ser ciego.

La formulación más rigurosa de esta sección sería ésta:

Comprender no basta porque la empatía revela cómo se vive una situación, pero no decide por sí sola la verdad de su interpretación, la justicia de la respuesta ni el bien que debe buscarse; su tarea es humanizar el acceso a esas exigencias, no reemplazarlas.

10.2. La verdad de la experiencia y la verdad sobre la experiencia

Uno de los puntos más delicados de toda esta discusión consiste en distinguir entre dos formas de verdad que suelen mezclarse sin examen: la **verdad de la experiencia** y la **verdad sobre la experiencia**. La primera se refiere al hecho de que algo es realmente vivido de cierto modo por un sujeto. La segunda se refiere al juicio acerca de qué significa eso que vive, de qué lo causa, de cómo debe interpretarse y de qué consecuencias deben extraerse de ello. Esta distinción es decisiva porque permite honrar la seriedad de la vida subjetiva sin convertirla en tribunal absoluto de la verdad.

La **verdad de la experiencia** dice algo así: este dolor es real, este miedo es real, esta humillación sentida es real como vivencia, esta angustia no es un invento, esta vergüenza se está dando efectivamente en la vida de esta persona. Cuando alguien dice "esto me destruyó", puede ocurrir que su interpretación de los hechos sea discutible; pero si realmente está devastado, esa devastación pertenece a la verdad de su experiencia. Negarla de entrada sería una forma de brutalidad. Aquí la empatía cumple una función esencial: hace visible la realidad fenomenológica de lo vivido. Nos impide responder como si el otro no sintiera lo que siente.

Pero esta verdad no es todavía la **verdad sobre la experiencia**. Que alguien viva algo como humillación no decide por sí solo si hubo humillación en el sentido moralmente más fuerte. Que alguien se sienta traicionado no prueba automáticamente que haya existido traición objetiva. Que alguien experimente un límite como rechazo no basta para concluir que ese límite fue injusto. La experiencia tiene realidad. Su interpretación requiere examen. Y ese examen no niega la experiencia; distingue niveles.

Esta distinción resulta especialmente importante porque una gran parte del lenguaje contemporáneo sobre el daño se mueve con dificultad entre ambas formas de verdad. Se ha aprendido, con razón, a no ridiculizar lo que alguien siente. Pero, a menudo, se da un paso más y se trata la intensidad de la vivencia como si arrastrara consigo, casi sin mediaciones, la corrección de la interpretación. El pasaje ocurre de manera muy rápida. "Si lo viví así, entonces así fue." "Si me dolió de este modo, entonces tu acción debe nombrarse de esta manera." "Si me siento violentado, entonces hubo violencia en el sentido que yo atribuyo." Estas transiciones no son siempre ilegítimas, pero tampoco son automáticas. Y el pensamiento riguroso empieza precisamente cuando se resiste a automatizarlas.

La verdad de la experiencia es irreductible. No puede ser borrada sin violencia. Pero la verdad sobre la experiencia exige algo más que la sola intensidad del sentir. Exige contraste con los hechos, distinción entre intención y efecto, consideración del contexto, examen de la historia previa, análisis de las propias disposiciones afectivas, reconocimiento de posibles proyecciones y capacidad de dejar que otros puntos de vista entren en juego. En otras palabras: exige pensamiento. No para humillar la experiencia, sino para no convertirla en dogma.

Esta cuestión puede formularse de manera más precisa. Toda experiencia humana incluye al menos tres dimensiones: una **afección** real, una **interpretación** de lo que ocurre y una **respuesta** que se organiza a partir de esa interpretación. Me siento herido: ésa es la afección. Pienso que me has despreciado: ésa es la interpretación. Reacciono retirándome, atacando o exigiendo reparación: ésa es la respuesta. La empatía se mueve en primer lugar hacia la afección y, en parte, hacia la lógica interna de la

interpretación. Pero la vida moral necesita además evaluar si esa interpretación es adecuada y si esa respuesta es justa. Sin esta articulación, la experiencia queda absolutizada.

Hay una razón antropológica profunda para esta necesidad. El ser humano no vive sus experiencias como puro dato bruto. Las vive ya cargadas de sentido, atravesadas por su historia, por su memoria, por sus heridas, por sus hábitos de atención, por sus miedos y por su imagen de sí. Esto vuelve a la experiencia subjetiva extremadamente valiosa, porque en ella se revela cómo se ha configurado el mundo para un sujeto concreto. Pero también la vuelve insuficiente como criterio último. Justamente porque toda experiencia está ya interpretada de alguna manera, necesita poder ser pensada y, a veces, corregida.

Esto no equivale a desconfiar de la subjetividad de manera sistemática. Sería un error opuesto. La vida interior no es un material sospechoso que haya que poner siempre bajo tutela externa. Al contrario, muchas veces la experiencia subjetiva capta algo verdadero que los esquemas impersonales o las descripciones objetivas tienden a ignorar. Una persona puede sentir humillación antes de tener conceptos claros para nombrar una dinámica real de desprecio. Puede experimentar una amenaza antes de poder demostrarla plenamente. Puede vivir una herida cuya importancia otros minimizan por no entrar en su mundo. La verdad de la experiencia puede ser, así, una vía de acceso a realidades que la mirada externa no ve.

Pero precisamente por eso debe ser tratada con una doble actitud: **acogida seria y examen riguroso**. Acogida seria, para no negar la realidad de lo vivido. Examen riguroso, para no confundir esa realidad con una interpretación ya consumada. Estas dos actitudes

deben permanecer juntas. Separadas, producen dos barbaries opuestas. La primera barbarie es la objetivista: desautoriza la experiencia porque no encaja en una lectura externa inmediata. La segunda es la subjetivista: canoniza la experiencia y la vuelve inmune a toda corrección. La empatía lucha contra la primera. La verdad lucha contra la segunda. La vida moral necesita ambas luchas.

Esto puede verse con claridad en una escena muy simple. Una persona dice: “cuando hablaste así, me sentí completamente anulado.” Una respuesta brutal diría: “eso es una exageración, no pasó nada.” Una respuesta sentimentalmente acrítica diría: “si te sentiste anulado, entonces sin duda te anulé.” Ninguna de las dos basta. La primera niega la verdad de la experiencia. La segunda la convierte demasiado rápido en verdad plena sobre los hechos. Una respuesta más madura tendría otra forma: “veo que eso te golpeó de un modo muy hondo; quiero comprender mejor qué viviste ahí y también pensar contigo qué fue exactamente lo que ocurrió.” Esta respuesta mantiene juntas las dos exigencias. No borra la herida. Tampoco clausura el examen.

La distinción entre verdad de la experiencia y verdad sobre la experiencia es igualmente importante para la autocrítica. Muchas personas viven sus afectos con tal intensidad que confunden inmediatamente lo que sienten con la estructura del mundo. “Siento que me rechazan; por tanto, me rechazan.” “Siento culpa; por tanto, he hecho algo imperdonable.” “Siento que nadie me ve; por tanto, soy realmente invisible para todos.” La experiencia aquí tiene verdad, pero no decide sola. El trabajo de maduración interior exige precisamente aprender a interrogar la propia vivencia sin traicionarla. Tomarla en serio no implica obedecerla ciegamente.

Ésta es una de las lecciones más difíciles y más liberadoras de la vida adulta.

La empatía bien entendida puede ayudar mucho en este proceso. Porque no se limita a validar sin más lo vivido, sino que intenta comprender su estructura. Y una comprensión verdadera ya empieza a distinguir. Muestra, por ejemplo, que una herida actual está amplificada por heridas anteriores, que una reacción nace en parte del presente y en parte de viejos miedos, que una escena concreta ha tocado una imagen de sí especialmente vulnerable, que una emoción se ha deslizado rápidamente hacia una interpretación demasiado total. La empatía así ejercida no disminuye la experiencia; la hace más inteligible. Y al hacerla más inteligible, la vuelve también más examinable.

Hay una consecuencia moral muy relevante. Si no distinguimos entre estas dos formas de verdad, terminamos tratando toda crítica a una interpretación como si fuera negación de la vivencia. Y eso bloquea el diálogo. Quien intenta introducir un matiz o una corrección es acusado de "invalidar" la experiencia del otro, cuando muchas veces no está negando lo que sintió, sino preguntando si lo que concluye a partir de ello es exacto. Esta confusión es una de las principales fuentes de empobrecimiento del lenguaje moral contemporáneo. Impide disentir sin parecer cruel y, por tanto, empuja a una cultura donde la verdad debe elegir entre callar o herir. La distinción bien hecha permite una tercera vía: reconocer la experiencia y, al mismo tiempo, pensarla.

Esta tercera vía es difícil porque exige una disciplina interior rara. Exige soportar que el otro no me confirme del todo sin sentir que me niega. Exige soportar que mi experiencia sea tomada en serio sin ser canonizada. Exige soportar que la verdad no venga envuelta siempre

en coincidencia emocional. Y exige, del otro lado, saber introducir examen sin humillación, sin suficiencia, sin aplastar la fragilidad de quien todavía no puede distinguir con claridad entre lo que siente y lo que significa. Ésta es una de las tareas más altas de la conversación humana.

La distinción también ilumina mejor el problema del sufrimiento. El dolor tiene una capacidad especial para imponer sentido. Cuando algo duele mucho, tendemos a pensar que ese dolor revela sin residuo la verdad completa de la situación. Y a veces revela mucho, sin duda. Pero no por eso revela todo. El sufrimiento puede ser clarificador y distorsionador al mismo tiempo. Puede mostrar una herida real y exagerar su causa. Puede señalar una injusticia y mezclarla con interpretaciones defensivas. Puede hacer visible una falta de cuidado y, a la vez, convertir todo el campo en hostilidad. Por eso el respeto al sufrimiento no consiste en idolatrarlo, sino en escucharlo suficientemente como para aprender de él sin entregarle soberanía absoluta.

Todo esto lleva a una tesis central: **la verdad de la experiencia merece acogida; la verdad sobre la experiencia exige discernimiento**. Ninguna debe absorber a la otra. Si la acogida desaparece, la verdad se vuelve ciega. Si el discernimiento desaparece, la acogida se vuelve servil. La empatía fuerte participa de la primera tarea y prepara la segunda. No puede reemplazarla. Pero sin ella la segunda se ejerce de manera demasiado pobre.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La verdad de la experiencia consiste en que algo es realmente vivido de cierta manera por un sujeto; la verdad sobre la experiencia consiste en el juicio acerca del sentido, la causa y la legitimidad de esa vivencia y de las conclusiones que se extraen

de ella. La empatía honra la primera y ayuda a pensar la segunda, pero no la decide por sí sola.

10.3. La empatía no sustituye el juicio: lo purifica

Si la verdad de la experiencia no equivale todavía a la verdad sobre la experiencia, entonces se vuelve inevitable reintroducir en el centro de la vida moral una facultad que la sensibilidad contemporánea mira con sospecha: el **juicio**. No el juicio precipitado, no el juicio humillante, no el juicio que reduce al otro a una categoría, sino el juicio en sentido fuerte: la capacidad de distinguir, valorar, situar, afirmar o negar con razones aquello que aparece en la experiencia humana. La empatía no puede reemplazar esta facultad. Pero tampoco puede dejarla intacta. Su función más alta no es abolir el juicio, sino transformarlo. Dicho de la manera más exacta: la empatía no sustituye el juicio; lo **purifica**.

La palabra "purificación" debe tomarse aquí con rigor. No se trata de suavizar el juicio hasta volverlo inofensivo, ni de disolver su filo crítico en una benevolencia blanda. Purificar el juicio significa otra cosa: quitarle ceguera, quitarle suficiencia, quitarle precipitación, quitarle el falso orgullo de quien cree poder decidir sobre otro sin haber dejado comparecer su mundo. El juicio necesita esta purificación porque, abandonado a sí mismo, tiende con facilidad a deformarse. Ve actos sin ver contextos. Ve efectos sin ver historias. Ve errores sin ver estrecheces. Ve culpas sin ver heridas. Y entonces se vuelve formalmente nítido, pero humanamente pobre.

Ahora bien, que el juicio necesite purificación no significa que deba ser degradado. Éste es uno de los malentendidos más graves de nuestra época. Como tantas veces el juicio ha sido ejercido de manera cruel, superficial o dominadora, se ha terminado sospechando de él casi en bloque. Se cree que cuanto más humano

sea uno, menos juzgará. O que cuanto más comprenda, más improcedente le resultará afirmar que algo es verdadero o falso, justo o injusto, digno o indigno. Pero esta conclusión es falsa. El problema no es que juzguemos demasiado en abstracto. El problema es que solemos juzgar mal: demasiado pronto, desde demasiado poco, con demasiada seguridad o con demasiada pobreza de mundo. La empatía corrige precisamente esa mala forma del juicio. No al precio de suspenderlo, sino al precio de volverlo más serio.

El juicio es necesario porque la vida moral no puede quedar detenida en la pura comprensión. Comprender que alguien se siente herido no basta para saber si fue objetivamente herido de la manera que cree. Comprender que alguien reaccionó desde el miedo no basta para saber si su reacción fue justa. Comprender que una persona miente desde una vergüenza profunda no basta para determinar qué responsabilidad conserva. Comprender que otro se siente destruido por una corrección no basta para decidir si esa corrección fue ilegítima o si, por el contrario, era necesaria aunque mal recibida. En todos estos casos, la comprensión abre el problema; el juicio debe trabajarlo.

Pero el juicio que trabaja después de la empatía no es ya el mismo juicio que se adelantaba a ella. Éste es el punto decisivo. Hay una diferencia radical entre juzgar **antes** de comprender y juzgar **después** de haber dejado que el otro comparezca como sujeto de experiencia. En el primer caso, el juicio tiende a ser más abstracto, más autosuficiente y más ciego a la densidad humana de lo que valora. En el segundo, el juicio ha sido atravesado por la alteridad. Ya no puede operar con la misma facilidad. Ha aprendido algo del otro. Ha sido obligado a abandonar la ilusión de que bastaban los hechos

visibles o la propia escala espontánea para medirlo todo. Y justamente por eso puede volverse más verdadero.

La empatía purifica el juicio, en primer lugar, porque lo obliga a reconocer que ningún acto humano puede ser leído seriamente sin pasar por el mundo vivido desde el cual fue posible. Esto no significa que el acto quede justificado por ese mundo. Significa que ya no puede ser tratado como si brotara en el vacío. Una mentira no es sólo una mentira; puede nacer de miedo, de cobardía, de cálculo, de deseo de herir, de necesidad de agradar, de vergüenza, de hábito defensivo o de una mezcla de varias cosas. Una agresión no es sólo una agresión; puede brotar de odio, de humillación acumulada, de pánico, de resentimiento, de descontrol o de dominación fría. Juzgar bien exige distinguir entre estas posibilidades sin que esa distinción borre la realidad del acto. La empatía no elimina la mentira ni la agresión; impide leerlas de manera demasiado plana.

En segundo lugar, la empatía purifica el juicio porque lo libra de una tentación muy fuerte: la de convertir la propia perspectiva en medida silenciosa de toda experiencia. Sin empatía, juzgo al otro desde mi umbral, mi historia, mi resistencia, mi forma de sentir, mis categorías de relevancia. Lo que a mí me parecería leve me lleva a considerar leve lo que él vive como devastador. Lo que yo soportaría, supongo que él también debería soportarlo. Lo que yo llamaría simplemente frustración, interpreto que él no tiene derecho a vivirlo como herida. La empatía interrumpe esa soberbia tácita. Me obliga a reconocer que mi modo de habitar el mundo no es universal. Y ese reconocimiento modifica profundamente la calidad del juicio. Lo vuelve menos imperial.

En tercer lugar, la empatía purifica el juicio porque introduce una relación distinta con la fragilidad. El juicio sin empatía suele

enfrentarse con la debilidad ajena de dos maneras igualmente pobres: o la desprecia o la romantiza. O bien la considera simple defecto de carácter y la trata con dureza impaciente, o bien la vuelve argumento suficiente para suspender toda exigencia. La empatía impide ambos extremos. Muestra la fragilidad como realidad seria, histórica, encarnada, pero no por eso la convierte en soberana. Gracias a ella, el juicio puede aprender a exigir sin humillar y a comprender sin rendirse.

Éste es uno de los mayores bienes que la empatía ofrece a la vida moral. No una abolición de la norma, sino una reconfiguración de su ejercicio. La norma deja de operar sobre sujetos abstractos y empieza a entrar en contacto con personas concretas. El juicio deja de ser simple aplicación externa de categorías y se convierte en una forma de discernimiento situada. No por eso pierde universalidad en lo esencial. Pero aprende que la universalidad moral no debe ejercerse como si los casos fueran todos homogéneos en su estructura existencial. Hay una universalidad brutal y una universalidad sabia. La primera impone sin escuchar. La segunda distingue sin renunciar a la verdad. La empatía sólo puede servir a la segunda.

Sin embargo, aquí aparece un peligro simétrico. Una vez que el juicio ha sido purificado por la empatía, puede sentirse tentado a abdicar. Como si haber entrado en la complejidad del otro lo desautorizara ya para toda afirmación firme. Como si la comprensión volviera imposible el sí y el no. Éste es el punto donde muchas sensibilidades contemporáneas se derrumban. Confunden complejidad con suspensión indefinida. Creen que, porque las cosas son más hondas y más mezcladas de lo que parecía, entonces ya no es legítimo afirmar con claridad que una acción fue injusta, una

reacción desordenada, una demanda excesiva o una interpretación falsa. Pero esta conclusión también es falsa. La complejidad no elimina el juicio. Lo hace más difícil y más responsable.

De hecho, podría decirse que sólo después de la empatía comienza el juicio verdaderamente adulto. Antes de ella, el juicio puede ser enérgico, claro, incluso correcto en algunos aspectos, pero no ha atravesado todavía la humillación de saber que el otro era más que lo que mi primera lectura permitía ver. Después de ella, si no abdica, el juicio gana densidad. Sabe mejor lo que dice cuando dice. Ya no llama simplemente "debilidad" a lo que en parte era terror; ni "maldad" a lo que en parte era resentimiento herido; ni "victimismo" a lo que en parte era una experiencia real de daño. Pero justamente porque sabe más, también puede distinguir mejor qué parte de terror no excusa una injusticia, qué parte de herida no legitima una manipulación y qué parte de daño real no vuelve verdadera toda interpretación construida desde él.

Aquí se ve con nitidez la forma superior de la vida moral: una inteligencia capaz de comprender mucho sin dejar por eso de llamar a las cosas por su nombre. Ésta es una capacidad rara. Y es rara porque exige soportar una doble tensión. Por un lado, no simplificar al otro. Por otro, no traicionar la verdad en nombre de su complejidad. La mayoría de los espíritus se inclina demasiado hacia uno de los dos lados. O bien entienden mucho y juzgan poco, o bien juzgan mucho y entienden poco. La empatía bien ordenada no produce ninguno de esos extremos. Produce una exigencia más ardua: entender mucho para poder juzgar mejor.

Esto tiene consecuencias prácticas de enorme alcance. En la educación, significa corregir sin humillar. En la amistad, decir la verdad sin dejar de cuidar el vínculo. En la justicia, no confundir

comprensión con absolución. En la política, no reducir a los actores a caricaturas sin por ello renunciar a evaluar sus actos y discursos. En la vida interior, no obedecer ciegamente todo lo que se siente ni negar la realidad de lo que se siente. En todos estos casos, el juicio purificado por la empatía no es más débil; es más disciplinado.

También cambia el tono del desacuerdo. Una crítica nacida de un juicio purificado ya no necesita caricaturizar al otro para sostenerse. Puede decir: "entiendo cómo has llegado a ver esto así, y precisamente por eso puedo mostrarte con más justicia dónde creo que te equivocas". Ésta es una de las formas más nobles del pensamiento. Porque no necesita elegir entre cercanía y verdad. Ha aprendido a unirlas sin confundirlas. La crítica deja de ser mera oposición y se convierte en una intervención sobre una experiencia comprendida. No siempre será aceptada, desde luego. Pero posee una dignidad distinta.

Debe decirse, además, que esta purificación del juicio no es sólo una ventaja para el juzgado. También lo es para quien juzga. El juicio sin empatía endurece a quien lo ejerce. Lo acostumbra a una relación empobrecida con la realidad humana. Lo vuelve más seguro de sí, más impaciente, más incapaz de sorpresa moral. La empatía, al forzarlo a salir de esa comodidad, lo hace más humilde. Y la humildad es una gran condición del juicio verdadero. No porque impida afirmar, sino porque impide afirmarse a uno mismo demasiado rápido dentro de lo que afirma. Quien juzga después de empatizar sabe mejor que él también podría no haber visto, no haber resistido, no haber comprendido o no haber reaccionado mejor bajo ciertas condiciones. Esa conciencia no destruye la norma. La vuelve menos orgullosa.

Pero, una vez más, humildad no significa indecisión perpetua. Hay momentos en que la verdad exige firmeza. Hay actos que deben ser nombrados como dañosos, engañosos, injustos o indignos. Hay límites que deben ponerse. Hay narrativas que deben ser contradichas. Hay responsabilidades que no pueden disolverse en el contexto. La empatía no impide nada de esto. Lo que impide es hacerlo de una manera que niegue la condición de sujeto de aquel sobre quien recae el juicio. La gran diferencia no está entre juzgar o no juzgar, sino entre juzgar como quien ve sólo una falta y juzgar como quien ha visto una falta dentro de una existencia.

Podría decirse, en síntesis, que la empatía purifica el juicio de tres corrupciones principales: la abstracción, la autosuficiencia y la crueldad. Le quita abstracción porque lo obliga a entrar en el espesor concreto del caso. Le quita autosuficiencia porque le recuerda que la propia perspectiva no es absoluta. Le quita crueldad porque le impide olvidar que el otro siente, padece, teme y se desordena. Pero no le quita su obligación de discernir. Al contrario: se la devuelve en una forma más alta.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía no sustituye el juicio porque comprender la experiencia ajena no decide por sí solo la verdad ni la justicia; pero lo purifica al obligarlo a ejercerse sobre sujetos reales, desde una conciencia menos abstracta, menos soberbia y menos cruel.

Éste es el lugar exacto donde ambos deben encontrarse. No como rivales, sino como facultades que se exigen mutuamente. La empatía salva al juicio de la barbarie. El juicio salva a la empatía de la capitulación. Y sólo allí donde ambas se corrigen sin anularse puede empezar una vida moral verdaderamente adulta.

10.4. La justicia no puede reducirse a sentir con

Si la empatía no sustituye el juicio, tampoco puede sustituir a la justicia. Esta afirmación es indispensable, porque una gran parte de la moral contemporánea tiende a imaginar que cuanto más intensamente se logra sentir con el otro, más cerca se está ya de una respuesta justa. La intuición que sostiene esta idea no es enteramente falsa: una justicia incapaz de dejarse afectar en absoluto por la vulnerabilidad concreta de las personas corre el riesgo de volverse abstracta, burocrática o cruel. Pero la conclusión es falsa si se lleva demasiado lejos. La justicia no puede reducirse a sentir con. Puede necesitar esa capacidad como correctivo. No puede fundarse sólo en ella.

La razón de fondo es clara. La empatía, incluso en sus formas más nobles, es selectiva. Se despierta con más facilidad ante ciertas historias que ante otras, ante ciertos rostros que ante otros, ante ciertos modos de narrar el dolor que ante otros, ante quienes se parecen más a nosotros o despiertan en nosotros una resonancia más intensa. La justicia, en cambio, no puede depender de esa selectividad. Tiene que mirar también allí donde no hay cercanía espontánea, donde la historia es menos conmovedora, donde el dolor no sabe expresarse bien, donde el sujeto no resulta simpático o donde incluso su sufrimiento aparece mezclado con rasgos moralmente difíciles. Si la justicia dependiera del grado en que logramos sentir con alguien, sería radicalmente inestable y, en el fondo, arbitraria.

Esto no significa que la empatía sea enemiga de la justicia. Significa que la justicia exige una estructura más amplia. La empatía me acerca a la singularidad del otro, a la densidad de su experiencia, al modo en que una situación concreta pesa sobre su vida. La justicia

debe hacerse cargo de esa singularidad, sí, pero también de algo más: de la igualdad de dignidad entre personas, de la distribución de responsabilidades, de la consistencia de las normas, de las consecuencias para terceros, del bien común y de la necesidad de no dejarse gobernar sólo por la intensidad afectiva del caso más visible. La justicia no mira sólo lo que conmueve; mira también lo que obliga.

Puede decirse, por tanto, que la empatía tiene una relación más fuerte con la **proximidad vivida**, mientras que la justicia tiene una relación más fuerte con la **imparcialidad exigida**. La primera nos hace entrar en el mundo de alguien. La segunda nos obliga a no perder de vista que hay otros, que hay una medida común, que hay actos y estructuras que deben evaluarse no sólo por el impacto emocional que producen en mí o en quienes me son cercanos, sino por su verdad y su rectitud en un marco más amplio. La empatía singulariza. La justicia universaliza sin perder del todo lo singular. Y justamente por eso no pueden confundirse.

Una justicia sin empatía corre el riesgo de convertirse en simple administración de reglas. Aplica criterios, distribuye sanciones, protege procedimientos, reconoce derechos, pero puede hacerlo con una ceguera considerable hacia el espesor humano de los casos. No ve bien qué significa realmente para alguien una humillación, una exclusión, una pérdida, una desigualdad o una vulnerabilidad específica. Trata iguales como si siempre vivieran de igual modo las mismas condiciones. En ese punto, la universalidad se vuelve brutal, porque olvida que la vida humana no comparece bajo formas homogéneas. La empatía corrige precisamente esta abstracción. Hace que la justicia recuerde que se ejerce sobre personas, no sobre conceptos.

Pero una justicia absorbida por la empatía cae en otro error igualmente serio. Empieza a responder más al caso más vívido que al conjunto, más a quien mejor expresa su herida que a quien calla, más a la historia que conmueve que a la estructura que obliga, más al sufrimiento inmediatamente visible que a los criterios que deben poder sostenerse con consistencia entre casos distintos. Entonces la justicia se sentimentaliza. Se vuelve desigual precisamente en nombre de una sensibilidad que no sabe regularse. Ayuda mucho donde siente mucho y ve poco donde siente poco. Y esa variabilidad afectiva puede producir grandes injusticias bajo apariencia de humanidad.

Este problema se vuelve especialmente claro en el espacio público. Una sociedad puede conmoverse intensamente ante ciertas víctimas y mostrarse casi ciega ante otras. Puede empatizar con un dolor mediáticamente visible e ignorar sufrimientos más silenciosos o menos narrables. Puede reaccionar con rapidez ante una escena concreta de daño y permanecer indiferente ante estructuras persistentes que dañan de manera menos espectacular. Si la justicia siguiera sólo el mapa de esas resonancias, se volvería una función de la visibilidad emocional. Protegería mejor a quienes despiertan más identificación y peor a quienes no logran entrar en el radar afectivo dominante. La empatía, por valiosa que sea, no puede cargar con la tarea de corregir por sí sola esta desigualdad. Hace falta un criterio de justicia que no dependa enteramente del impacto sensible.

Esto vale también en la vida privada. Pensemos en una familia. Si los padres respondieran sólo por empatía inmediata, podrían terminar favoreciendo siempre al hijo que expresa mejor su dolor, al más frágil en apariencia o al que despierta mayor identificación, descuidando

a otros cuya necesidad es menos visible o cuya personalidad resulta menos conmovedora. La justicia familiar exige algo más que comprensión sensible. Exige ver a cada uno con atención y, al mismo tiempo, no dejar que la resonancia afectiva determine por sí sola la distribución del tiempo, del cuidado, de los límites o de las exigencias. La empatía ayuda a ver mejor. La justicia impide que esa visión se vuelva parcialidad inadvertida.

Hay una razón antropológica muy profunda para esta limitación de la empatía. Nuestra capacidad de sentir con otros no está distribuida en nosotros de forma neutral. Depende del parecido, de la cercanía, del lenguaje emocional compartido, de la narración, del cuerpo, del tono, del contexto, de nuestras propias heridas y de innumerables factores contingentes. La justicia, en cambio, aspira precisamente a corregir esas contingencias cuando producen desigualdad moral. Quiere que el valor de una persona, la gravedad de un daño o la necesidad de una protección no dependan sólo de cuánto logra conmovernos. En ese sentido, la justicia protege una verdad que la empatía, por sí sola, no puede garantizar: que el otro vale incluso cuando no despierta en mí un gran eco afectivo.

Esto significa que la justicia comienza, muchas veces, donde la empatía espontánea no alcanza. Hay personas difíciles de empatizar: por su modo de hablar, por su opacidad, por su torpeza expresiva, por su frialdad, por su agresividad, por su lejanía cultural, por su falta de atractivo moral o afectivo. Sin embargo, siguen teniendo derechos, dignidad, límites que no deben ser cruzados y necesidades reales que no dejan de importar porque nos cueste entrar en su mundo. La justicia recuerda justamente esto. No me permite tratar con menos seriedad a quien entiendo menos o siento menos. Me obliga a reconocer su valor más allá de mi facilidad

empática. En este sentido, la justicia es una gran correctora del narcisismo afectivo.

Pero la corrección también va en la otra dirección. La justicia puede volverse tan impersonal que ya no vea las diferencias relevantes entre los casos. Puede aplicar la misma medida exterior a situaciones existencialmente muy distintas. Puede ignorar desigualdades de vulnerabilidad, historias de humillación, contextos de opresión o grados de fragilidad que alteran significativamente el modo en que una misma regla o una misma exigencia pesa sobre distintas personas. La empatía introduce aquí una perturbación necesaria. Obliga a la justicia a recordar que tratar igual a todos no siempre significa hacer justicia, si las condiciones reales desde las cuales viven, sufren o responden son profundamente distintas. La igualdad sin atención a la diferencia concreta puede convertirse en una forma refinada de ceguera.

Esto hace visible una tensión estructural: la justicia necesita cierta distancia para no depender sólo de la impresión afectiva, pero necesita también cierta cercanía para no endurecerse en abstracción. La empatía aporta cercanía. La justicia aporta medida. Si la primera domina sin la segunda, aparece la parcialidad sentimental. Si la segunda domina sin la primera, aparece la frialdad normativa. La madurez moral no consiste en elegir uno de estos polos, sino en ordenarlos. La justicia debe dejarse instruir por la empatía sin perder su vocación de imparcialidad. Y la empatía debe aceptar el criterio de la justicia sin reclamar soberanía en virtud de su intensidad.

Aquí conviene introducir una distinción más fina. La empatía puede contribuir de dos modos distintos a la justicia. En un primer nivel, la **humaniza**: le recuerda que detrás de cada caso hay una experiencia

vivida, una vulnerabilidad concreta, una singularidad que no debe ser aplastada por el procedimiento o por la regla aplicada sin tacto. En un segundo nivel, la **corrige epistémicamente**: puede mostrar daños, humillaciones o necesidades que una mirada demasiado exterior no advertía. Gracias a ella, la justicia ve más. Pero ver más no significa decidir sólo por lo que más se siente. La información moral y existencial que la empatía entrega debe entrar en una estructura de discernimiento más amplia. De lo contrario, la justicia deja de ser justicia y se convierte en distribución reactiva de atención moral.

Esta diferencia es especialmente importante cuando se confunde justicia con mera respuesta al sufrimiento más visible. El sufrimiento importa enormemente. Pero no toda justicia consiste en aliviar inmediatamente a quien más sufre en un momento dado. A veces debe considerar también responsabilidades previas, efectos indirectos, bienes comunes, terceros silenciosos, principios que no pueden ser abandonados sin dañar más a la larga. Una madre puede comprender profundamente el dolor de un hijo al que se le pone un límite y, sin embargo, sostenerlo porque sería injusto con los demás y dañino para él ceder en ese punto. Un juez puede conmoverse con la historia de un acusado y, sin embargo, no absolverlo si la justicia del caso exige otra respuesta. Un profesor puede entender la angustia de un alumno y, aun así, no alterar de manera injusta el marco para todos. En todos estos ejemplos, la empatía cuenta. No decide sola.

Hay además una cuestión decisiva: la justicia no se refiere sólo a cómo se siente una relación, sino a qué es debido entre personas. Y lo debido no siempre coincide con lo que, desde la experiencia inmediata, parece más compasivo o más cercano. A veces una

respuesta dura en el instante es más justa a largo plazo. A veces una indulgencia que alivia ahora introduce una desigualdad o una deformación más grave después. A veces proteger demasiado a uno daña a muchos. A veces reconocer un sufrimiento no obliga a hacer con él todo lo que el sujeto pide. La empatía puede ayudar a entender por qué algo se vive como insoportable. La justicia pregunta además si lo pedido, lo esperado o lo reclamado es verdaderamente debido.

Esta pregunta puede incomodar mucho en una cultura que ha aprendido a leer el sufrimiento como fuente ampliada de autoridad moral. Pero no puede ser omitida. Porque si lo debido se confundiera siempre con lo sentido más intensamente, la justicia quedaría en manos de la vulnerabilidad más visible o mejor expresada. Y aunque el sufrimiento merece una atención privilegiada en muchos casos, no puede convertirse sin mediaciones en criterio único. Hay sufrimientos que nacen de límites necesarios. Hay dolores que acompañan correcciones justas. Hay frustraciones que forman parte del crecimiento. Hay malestares que no prueban opresión, sino choque con una realidad o con una exigencia que no puede ser abolida sin daño mayor. La justicia necesita poder distinguir estos casos. La empatía, por sí sola, no decide esa distinción.

Esto no rebaja la empatía; la libera. Le permite ocupar su lugar exacto. No tiene que producir por sí misma la universalidad justa. Le basta con aportar lo que sólo ella puede aportar: acceso al mundo vivido, sensibilidad a la vulnerabilidad concreta, corrección de la abstracción, atención a lo invisible para la mera regla. Todo eso es irremplazable. Pero para que sea verdaderamente fecundo, debe entrar en una arquitectura más amplia donde la justicia decida también desde criterios que exceden la pura resonancia afectiva. La

empatía necesita aceptar que no toda respuesta justa será la más cálida en el instante. Y la justicia necesita aceptar que no toda regla correctamente formulada será justamente aplicada si permanece ciega al espesor del caso.

Hay una formulación especialmente útil para expresar esta relación: **la empatía inclina la mirada hacia el rostro; la justicia obliga a no olvidar que hay otros rostros además de ése**. La primera intensifica la presencia singular del otro concreto. La segunda impide que esa presencia singular eclipse por completo el campo más amplio de los deberes, las responsabilidades y las igualdades que deben ser sostenidas. Sin la primera, la segunda se vuelve impersonal. Sin la segunda, la primera puede volverse parcialidad disfrazada de humanidad.

También debe advertirse que la justicia protege a veces al mismo sujeto frente a una empatía mal ordenada. Si sólo respondiéramos a la experiencia subjetiva más visible, podríamos terminar reforzando dependencias, privilegiando siempre al más expresivo, dejando sin forma a quien necesita límite o incluso generando desigualdad entre personas a partir de su desigual capacidad para movilizar nuestra sensibilidad. La justicia introduce una sobriedad que puede ser beneficiosa también para quien, en un primer momento, habría querido ser tratado sólo según el peso de su vivencia. No toda respuesta justa coincide con la respuesta que, desde su dolor, el sujeto pediría. Y admitir esto no es falta de empatía; es una forma más madura de cuidado.

Podría decirse, entonces, que la gran tarea moral consiste en impedir dos simplificaciones opuestas. La primera: una justicia sin empatía, que trata a todos según una medida exterior sin entrar en la singularidad de sus mundos vividos. La segunda: una justicia

absorbida por la empatía, que deja que la intensidad afectiva determine por sí sola qué vale más, qué duele más, qué debe ceder y qué debe exigirse. Entre ambas se abre un camino más difícil: una justicia que escucha, ve y comprende más, pero que no se deja gobernar únicamente por aquello con lo que logra sentir más fácilmente.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La justicia no puede reducirse a sentir con porque debe responder no sólo a la intensidad de la experiencia singular, sino también a la igualdad de dignidad, a la distribución de responsabilidades y a lo debido entre personas; la empatía no la sustituye, pero la corrige al impedir que se ejerza de manera abstracta, ciega o brutal.

10.5. Por qué la empatía no puede ser principio supremo de la moral

Llegados a este punto, ya puede formularse con claridad una tesis que resulta incómoda para gran parte de la sensibilidad contemporánea: **la empatía no puede ser el principio supremo de la moral**. Puede ser una condición importantísima de la vida moral adulta. Puede corregir durezas, revelar daños invisibles, humanizar el juicio y volver más justo el acceso a la singularidad del otro. Pero no puede ocupar el lugar de criterio último. No puede decir por sí sola qué debe hacerse siempre, a quién corresponde qué, qué sacrificio es legítimo, qué límite debe sostenerse, qué verdad debe decirse, qué bien debe priorizarse o cómo ordenar conflictos entre varios sujetos cuyas experiencias reclaman reconocimiento al mismo tiempo.

La razón más profunda es que la empatía, por su propia estructura, está orientada hacia la experiencia vivida de alguien. Su fuerza consiste en aproximarnos al mundo del otro tal como se le da. Pero la moral no puede estar regida sólo por el modo en que las cosas son vividas. Tiene que preguntarse también por lo debido, por lo justo, por lo verdadero, por lo bueno en sentido no meramente subjetivo y por la articulación entre varios bienes o varias exigencias que a menudo entran en tensión. La empatía entra magníficamente en la singularidad. La moral no puede quedarse sólo allí. Debe también ordenar.

Esta tarea de ordenar es precisamente la que vuelve insuficiente a la empatía como principio supremo. Porque una vida moral seria no se enfrenta sólo a escenas donde una persona sufre y otra debe comprenderla mejor. Se enfrenta también a conflictos entre varias perspectivas legítimas, a deberes incompatibles entre sí, a responsabilidades distribuidas de manera desigual, a exigencias del bien común, a necesidades de justicia que no coinciden con la resonancia afectiva inmediata y a situaciones donde ayudar a uno implica frustrar a otro, donde aliviar un dolor puede reforzar una deformación, donde perdonar demasiado pronto puede dañar a terceros, donde sostener una verdad puede herir y, sin embargo, seguir siendo necesario. Ninguna de estas cuestiones puede resolverse sólo intensificando la comprensión de lo que cada uno vive.

Hay una diferencia esencial entre una condición de humanización y un criterio último de decisión. La empatía pertenece a lo primero. Hace más humanas nuestras evaluaciones y nuestras respuestas porque impide que el otro desaparezca como sujeto. Pero no proporciona por sí sola la medida definitiva de lo que debe hacerse.

Una brújula moral no puede depender exclusivamente de cuánto comprendo o siento con alguien, porque entonces quedaría demasiado sometida a factores variables: cercanía, semejanza, capacidad narrativa, visibilidad del sufrimiento, temperamento del observador, historia afectiva compartida, sesgos culturales, cansancio, disposición del momento. La moral necesita más estabilidad que eso.

Esto se ve con claridad cuando varias personas o varios grupos reclaman simultáneamente nuestra atención moral. La empatía tiende a intensificarse más con quien comparece de manera más viva, más cercana o más expresiva. Pero la moral no puede decidir sólo en función de esa intensidad. Imaginemos una situación donde dos personas están implicadas en un conflicto y una de ellas expresa su dolor con enorme claridad, mientras la otra permanece torpe, opaca o defensiva. La empatía espontánea se dirigirá con más fuerza hacia la primera. Y, sin embargo, la justicia del caso puede ser más compleja. La segunda puede tener razones que no sabe expresar bien. La primera puede estar interpretando su daño de manera parcial. La respuesta correcta no puede deducirse del volumen afectivo de una sola experiencia. La empatía ilumina una parte del problema. No lo agota.

También se vuelve evidente en la relación entre cercanía y deber. Los seres humanos sentimos con más facilidad a quienes se nos parecen, a quienes amamos, a quienes pertenecen a nuestro círculo, a quienes despiertan nuestras heridas o nuestras afinidades. Si la empatía fuera el principio supremo, la moral quedaría demasiado ligada a esos circuitos de proximidad. Y entonces la obligación hacia el extraño, hacia el difícil, hacia el opaco, hacia el antipático o hacia quien no logra movilizar nuestra

sensibilidad quedaría debilitada. Pero una moral digna no puede aceptar ese debilitamiento. Debe poder afirmar que el otro vale y cuenta incluso cuando no despierta en mí una gran comprensión inmediata. Aquí aparece con toda nitidez la necesidad de principios más estables que la sola empatía.

No se trata, desde luego, de oponer principios fríos a vidas concretas. Se trata de reconocer que el bien moral no se deja gobernar por una sola facultad. La empatía es una gran mediación hacia el otro, pero no es el órgano de la universalidad moral. No puede garantizar por sí sola imparcialidad, consistencia entre casos, responsabilidad frente a terceros, ni discernimiento entre bienes en conflicto. Para todo eso hacen falta otras realidades: juicio, prudencia, justicia, verdad, responsabilidad, amor, respeto por lo debido y, en algunos casos, incluso una capacidad de soportar la desaprobación afectiva de quienes no recibirán lo que desean aunque comprendamos su dolor.

Hay además una razón filosófica aún más profunda. La experiencia ajena tiene valor moral enorme, pero no es el fundamento último del bien. El bien no se reduce a cómo se siente una situación, ni siquiera cuando ese sentir es auténtico y desgarrador. Hay bienes que exigen atravesar experiencias dolorosas: decir la verdad, asumir una responsabilidad, aceptar una pérdida necesaria, frustrar un deseo injusto, sostener un límite que hiere en el corto plazo, educar, corregir, proteger a terceros o renunciar a una satisfacción que dañaría más a otros. Si la moral se rigiera sólo por la evitación del dolor comprendido empáticamente, muchas de estas exigencias quedarían debilitadas. Se produciría una inversión peligrosa: la vulnerabilidad sentida ocuparía el lugar del bien discernido.

Esto explica por qué tantas morales centradas casi exclusivamente en la empatía terminan teniendo dificultades para sostener la negatividad necesaria de la vida ética. Les cuesta decir no. Les cuesta contrariar. Les cuesta imponer límites. Les cuesta distinguir entre sufrimiento legítimo y sufrimiento que acompaña una exigencia justa. Les cuesta asumir que a veces el bien de alguien no coincide con lo que, desde su mundo vivido actual, reclama con mayor fuerza. Quieren ser fieles al dolor y acaban siendo infieles al bien. Y esto no es una victoria de la humanidad, sino una de sus confusiones más sutiles.

La moral necesita, por tanto, una facultad capaz de acercarse al otro sin dejarse absorber por la intensidad de su experiencia. La empatía prepara esa posibilidad, pero no la realiza por sí sola. Podría decirse que la empatía es una gran enemiga de la barbarie, pero no por ello es el soberano del bien. Nos salva de un mal importante: el de juzgar y actuar como si el otro no sintiera, no sufriera, no existiera desde dentro. Pero salvarnos de ese mal no resuelve todavía todos los problemas morales. Una vida puede ser muy empática y, sin embargo, tremendamente injusta en su distribución de atención, deberes y exigencias. Puede comprender muchísimo a algunos y olvidar a otros. Puede acoger muy bien la herida visible y fallar frente a la responsabilidad menos conmovedora.

Esto se vuelve especialmente visible en la crianza y en la educación. Un educador o un padre muy empático puede comprender con gran finura la angustia, la vergüenza o la frustración de un niño o de un alumno. Pero si convierte esa comprensión en criterio supremo, corre el riesgo de no sostener límites necesarios, de ceder donde no debe, de evitar toda exigencia que cause malestar y, en definitiva, de abandonar la formación del otro en nombre de no herirlo. Aquí la

empatía no falla por ser mala; falla por ser insuficiente para gobernar sola. Hace falta una idea del bien del otro que exceda su experiencia inmediata y una prudencia capaz de sostenerla sin perder la comprensión.

Lo mismo ocurre en el ámbito político. Una comunidad puede desarrollar gran empatía hacia ciertos sufrimientos sociales y, sin embargo, organizar respuestas que, por atender intensamente a una parte del dolor, produzcan nuevas injusticias, desatiendan a otros grupos o debiliten criterios necesarios para el conjunto. El problema no es haber escuchado demasiado el sufrimiento. El problema es haber dejado que la intensidad empática se convierta en principio rector sin suficiente mediación de justicia, prudencia y análisis estructural. La moral colectiva no puede gobernarse sólo por el mapa de sus emociones mejor justificadas.

También en la vida privada el peligro es claro. Una persona puede comprender tan bien a quienes ama que se vuelva incapaz de decirles una verdad difícil, de exigirles responsabilidad o de protegerse frente a ciertas dinámicas dañinas. La empatía, cuando no está subordinada a un bien más amplio, puede hacer que el sujeto se vuelva rehén moral de aquello mismo que comprende. Ve tanto la herida del otro que ya no sabe cuidar ni al otro ni a sí mismo de la forma correcta. Se vuelve instrumento de la necesidad ajena en vez de interlocutor de su bien.

Por eso es importante afirmar una proposición fuerte: **la empatía es moralmente indispensable como mediación, pero moralmente insuficiente como fundamento supremo**. Esta fórmula conserva ambas verdades. La primera protege frente a una ética dura, legalista o abstracta, que desprecia la interioridad vivida. La segunda protege frente a una ética sentimental, donde la

experiencia más intensa o mejor comprendida termina teniendo una autoridad desmedida. Sólo juntas permiten un orden más verdadero.

Podría objetarse que, sin un principio afectivo como la empatía, la moral corre el riesgo de volverse inhumana. La objeción es justa sólo a medias. La moral necesita estar tocada por la realidad humana concreta, sin duda. Pero no por eso puede derivar su criterio último de la sola afectividad comprensiva. Necesita ser humana y, al mismo tiempo, más que afectivamente receptiva. Necesita una estructura de discernimiento que pueda hacerse cargo del otro sin volverse esclava de la impresión empática del momento. De lo contrario, no habría forma de resolver conflictos trágicos, deberes cruzados, daños inevitables o exigencias que hieren sin ser por ello injustas.

Hay además una enseñanza muy importante sobre la libertad moral. Si la empatía fuera el principio supremo, el sujeto quedaría demasiado determinado por aquello que logra sentir más intensamente. Su libertad se volvería reactiva respecto de la presencia afectiva del otro. Pero la vida moral exige algo más que reacción sensible. Exige capacidad de decisión en relación con bienes que no siempre se imponen afectivamente con la misma fuerza. La libertad moral no puede abdicar en favor de la sola compasión sentida, ni siquiera de la mejor comprensión empática. Debe dejarse instruir por ellas y, sin embargo, conservar una posición desde la cual ordenar.

Esto no degrada la empatía. La sitúa en una arquitectura más verdadera. Su lugar no es el trono absoluto de la moral, sino una de sus mediaciones más nobles. La empatía abre el acceso al otro. La verdad discierne. La justicia ordena. La prudencia mide. El amor

quiere el bien. El respeto limita la invasión. La misericordia suaviza la dureza sin negar la falta. Cada una de estas realidades hace algo que la empatía no puede hacer sola. Pedirle que gobierne en soledad es condenarla a fallar y condenar la moral a sentimentalizarse.

La consecuencia de todo esto es liberadora. Ya no hace falta inflar la empatía para reconocer su grandeza. Basta comprender que una moral sin ella será fácilmente cruel, pero una moral gobernada sólo por ella será fácilmente parcial, inestable e intelectualmente pobre. La empatía no es el rey. Es una de las grandes consejeras del reino. Hace visible lo que la justicia y el juicio no deben olvidar. Pero no reemplaza su tarea.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía no puede ser principio supremo de la moral porque su estructura está ligada a la comprensión singular y afectivamente situada de la experiencia ajena, mientras que la moral debe además ordenar bienes, deberes, responsabilidades y conflictos desde criterios que no dependan sólo de la intensidad de esa comprensión.

10.6. El peligro opuesto: la verdad sin empatía

Si la empatía no puede ser principio supremo de la moral, tampoco puede aceptarse el error contrario: creer que basta con la verdad, el juicio o la justicia entendidos de manera puramente abstracta. Una parte del pensamiento moral se equivoca por exceso de sensibilidad; otra, por exceso de dureza. La primera sentimentaliza el bien y acaba sometiéndolo a la intensidad de la experiencia. La segunda absolutiza la corrección del juicio y termina ejerciéndolo como si el otro no sintiera, no temiera, no se quebrara y no existiera

desde dentro. Ambas posiciones son insuficientes. La una pierde la medida; la otra pierde el rostro.

Éste es el peligro opuesto que ahora debe ser pensado con la misma seriedad: **la verdad sin empatía puede volverse cruel**. Y puede volverse cruel no sólo cuando es falsa en el contenido, sino incluso cuando acierta en aquello que afirma. Éste es el punto decisivo. Hay verdades reales que, dichas o aplicadas sin comprensión del mundo vivido al que se dirigen, hieren de una manera innecesaria, esterilizan la posibilidad de recepción y degradan la relación humana. No dejan de ser verdades por eso. Pero su forma de presencia en el vínculo queda moralmente dañada.

La crueldad de la verdad sin empatía nace de una falsa pureza. Cree que lo único que importa es si algo es correcto o incorrecto, verdadero o falso, justo o injusto, y que la consideración de cómo eso pesa sobre una conciencia concreta sería una concesión secundaria, quizá incluso un debilitamiento de la claridad moral. En este marco, la interioridad ajena aparece como obstáculo, como sentimentalismo accesorio o como ruido subjetivo que enturbia la rectitud del juicio. La norma, la regla o el diagnóstico parecen ganar en fuerza cuanto menos se dejan afectar por la singularidad de quien los recibe. Pero esta aparente pureza es, en realidad, una forma de empobrecimiento humano.

La razón es sencilla: la verdad no se dirige a nadie en abstracto. Se dirige siempre, en la vida concreta, a sujetos situados, heridos, orgullosos, frágiles, defensivos, esperanzados o temerosos. Una verdad puede ser formalmente impecable y, sin embargo, estar moralmente mal ejercida si trata al otro como superficie indiferente de aplicación. No porque haya que renunciar a decirla, sino porque la relación humana exige algo más que el acierto proposicional.

Exige también justicia en el modo de comparecer ante una interioridad que no es una piedra, sino una vida.

Esto se ve con claridad en la crítica. Una observación correcta puede ser formulada de un modo que humille, exponga o aplaste. El contenido puede ser verdadero: alguien efectivamente fue irresponsable, ciego, injusto, manipulador o cobarde. Pero el tono, el momento, la forma y la indiferencia ante el mundo vivido del otro convierten esa verdad en un acto de dureza que deja de servir al bien. No porque la verdad sea mala, sino porque ha sido ejercida sin haber pasado por la mediación de la empatía. No ha sido dicha a alguien; ha sido arrojada sobre alguien.

Aquí debe hacerse una precisión crucial. La empatía no le pide a la verdad que deje de ser verdad. Le pide que no se ejerza como si no importara quién la recibe, desde qué herida la recibe, qué resistencia despierta, qué posibilidad de escucha tiene y qué parte de lo dicho podría ser verdad y, sin embargo, volverse inútil o destructiva por la forma en que cae sobre su mundo. La verdad sin empatía se contenta con acertar. La verdad humanizada por la empatía quiere también llegar de una manera justa.

Esto no debe ser confundido con diplomacia superficial ni con corrección meramente estratégica. No se trata de “decir bien” las cosas para agradar o para manipular mejor. Se trata de algo más serio: reconocer que el otro no es un objeto sobre el que recaen verdades impersonales, sino un sujeto cuya relación con la verdad forma parte del problema moral. No sólo importa qué se dice; importa qué tipo de vínculo con la verdad se está haciendo posible o imposible en esa escena. Una verdad dicha sin empatía puede tener razón y, sin embargo, cerrar. Puede describir bien y, sin

embargo, romper la posibilidad de crecimiento, de reconocimiento o de conversación.

La crueldad aparece precisamente cuando el sujeto que dice la verdad no se siente responsable de esa relación. Cree que su tarea termina en la exactitud del contenido. Si el otro se quiebra, se humilla, se endurece o se cierra, eso parecería pertenecer sólo a la fragilidad de quien escucha. Pero esta división es demasiado cómoda. Quien habla también tiene responsabilidad en el modo en que su verdad entra en el espacio humano compartido. No porque controle enteramente la reacción ajena —eso sería absurdo—, sino porque la forma de decir, el contexto, la relación previa y la comprensión del mundo del otro modifican profundamente el carácter moral del acto.

Hay personas que hacen de esta dureza una identidad. Se consideran "sinceras", "directas", "claras", "sin filtros", "comprometidas con la verdad". A menudo creen que la sensibilidad hacia el mundo del otro sería una forma de debilidad o de falsificación. Pero muchas veces no son más veraces que otros: son sólo menos trabajadas interiormente. Confunden franqueza con indiferencia, exactitud con brutalidad, fuerza con falta de tacto. Y, lo que es peor, suelen atribuir la responsabilidad entera del daño al receptor: "si te hiere, es porque no soportas la verdad". Esta fórmula puede contener algo de verdad en ciertos casos, pero usada como principio general se vuelve una coartada perfecta para la crueldad.

Porque no todo dolor ante la verdad significa rechazo patológico de la verdad. A veces significa simplemente que la verdad ha sido ejercida de manera violenta o ciega. Hay heridas que provienen del contenido, sí. Pero hay otras que provienen del modo de introducirlo. Una crítica puede ser dura porque toca algo real y, sin embargo, estar

formulada con una sobriedad que conserva la dignidad del otro. Y otra puede tocar algo igualmente real y hacerlo de manera humillante, sarcástica, impaciente o autosuficiente. La diferencia moral entre ambas no es secundaria. La empatía permite verla. Sin ella, el juicio se vuelve insensible a la estructura relacional de la verdad.

Esto es especialmente importante en contextos de asimetría: educación, crianza, clínica, autoridad institucional, relaciones de dependencia, vínculos donde uno conoce muy bien las fragilidades del otro. En estos casos, la verdad sin empatía puede volverse especialmente destructiva porque cae desde una posición de fuerza. Un maestro puede tener razón sobre la falta de trabajo de un alumno y, sin embargo, humillarlo al corregirlo. Un padre puede ver con claridad la irresponsabilidad de un hijo y, sin embargo, decirla de modo que ataque su valor entero y no sólo su conducta. Un terapeuta, un jefe o un líder pueden introducir una observación verdadera de una manera que deje al otro sin espacio interior para metabolizarla. La verdad aquí no deja de ser verdad, pero se ha vuelto instrumento de desnivel, no de formación.

Hay una forma particular de esta crueldad que merece atención: la **verdad sin imaginación moral**. Es la verdad que no logra preguntarse cómo suena lo que dice desde el mundo del otro. No imagina el peso de la vergüenza, del miedo, del historial de humillaciones, de la fragilidad narcisista, del cansancio, del duelo o de la vulnerabilidad específica de quien la recibe. No necesita compartir esa sensibilidad ni dejarse dominar por ella. Basta con que la vea. Cuando no la ve, la verdad se vuelve plana. Y esa planitud, aplicada a seres humanos, puede ser devastadora.

La imaginación moral aquí no es sentimentalismo. Es la capacidad de anticipar qué mundo toca una palabra verdadera. La empatía la alimenta. Gracias a ella, quien dice la verdad puede preguntarse: ¿qué parte de esto es recibible ahora?, ¿qué tono conserva mejor la dignidad del otro?, ¿qué conviene nombrar primero?, ¿qué interpretación defensiva es probable que se active?, ¿dónde podría mi verdad convertirse en mera arma?, ¿qué forma de presencia acompañará lo que digo para que no sea simple descarga de lucidez sobre alguien más frágil en este momento? Todas estas preguntas no debilitan la verdad. La vuelven moralmente más alta.

También conviene advertir que la verdad sin empatía no sólo daña al otro. Daña a quien la ejerce. Lo acostumbra a una relación empobrecida con la realidad humana. Lo hace cada vez más incapaz de percibir matices, tiempos, procesos y fragilidades legítimas. Endurece su sensibilidad bajo el pretexto de la claridad. Y así, poco a poco, su misma verdad empieza a volverse menos fina. Ya no ve mejor; ve menos. Porque quien desprecia sistemáticamente el mundo vivido ajeno termina perdiendo acceso a dimensiones de la realidad humana que también son verdad. No sólo hiere: empobrece su propia inteligencia moral.

Sin embargo, sería un error responder a este peligro desvalorizando la verdad o exigiendo que toda verdad sea emocionalmente cómoda. La empatía no debe convertirse en censura preventiva contra toda palabra difícil. Hay verdades que dolerán incluso cuando se digan del mejor modo posible. Hay correcciones que inevitablemente atraviesan resistencias. Hay límites que se viven como rechazo aunque no lo sean. Hay escenas en las que el malestar no prueba falta de empatía, sino simplemente que la verdad ha tocado una zona importante. Reconocer esto es

indispensable para no confundir la humanidad del trato con la abolición de toda incomodidad.

Por eso la cuestión no es elegir entre verdad dura y sensibilidad blanda. La cuestión es otra: **cómo sostener una verdad que no renuncie a sí misma y, al mismo tiempo, no renuncie al otro como sujeto**. Ésa es la pregunta adulta. Una verdad que se preserve a costa de cosificar al otro fracasa moralmente. Una sensibilidad que preserve al otro a costa de la verdad fracasa también. La empatía ayuda a escapar de esta falsa disyuntiva, pero sólo si se la entiende bien. No como sustituto de la verdad, sino como mediación que la humaniza.

Hay aquí una relación profunda con la justicia. La justicia requiere verdad. Pero una verdad administrada sin empatía puede producir formas de trato objetivamente correctas y existencialmente humillantes. Pensemos en instituciones, procedimientos, evaluaciones, sanciones o decisiones donde todo parece estar "bien hecho" en términos formales y, sin embargo, el sujeto es tratado sin ninguna atención a la forma en que esa verdad cae sobre su dignidad concreta. La justicia sin empatía se burocratiza. Cumple, pero no ve. Resuelve, pero deja un rastro de despersonalización. La empatía no cambia necesariamente la decisión final, pero puede cambiar profundamente el modo de llegar a ella y de comunicarla.

En la vida íntima, el problema se vuelve todavía más fino. Quien ama o acompaña tiene a menudo acceso a verdades delicadas sobre el otro: sus autoengaños, sus patrones repetidos, sus estrategias defensivas, sus zonas infantiles, sus miedos, sus modos de herir. Decir esas verdades es, a veces, necesario. Callarlas siempre sería abandono. Pero decirlas sin empatía puede dañar de un modo

mucho más profundo que un desconocido jamás podría causar, precisamente porque se habla desde un lugar de intimidad. Cuanto mayor es el acceso al otro, mayor es la responsabilidad de no usar la verdad como dominación. La empatía regula esa responsabilidad.

Esto también permite corregir una imagen equivocada de la fortaleza moral. A veces se admira a quien "dice las cosas como son" sin dejarse afectar por el impacto que produce. Pero esa admiración es ambigua. Puede tratarse no de fuerza, sino de incapacidad de relación. La verdadera fortaleza moral no consiste en ser impermeable a la vulnerabilidad ajena, sino en poder sostener a la vez la verdad y la consideración del mundo del otro sin traicionar ninguna de las dos. Eso exige mucho más trabajo interior que la simple dureza. Exige paciencia, forma, autodominio, tacto y una cierta humildad respecto del poder que puede tener una palabra verdadera mal dicha.

La formulación central podría expresarse así: la verdad sin empatía corre el riesgo de volverse **justa en el contenido e injusta en la relación**. Y esta injusticia relacional no es una cuestión menor o puramente estética. Es moralmente significativa, porque afecta la dignidad con la que el otro es tratado como interlocutor, como sujeto de corrección y como portador de una experiencia que importa. Una verdad puede no ser falsa y, sin embargo, ser ejercida de un modo que desfigure la relación humana en la que aparece. La empatía no corrige el contenido en todos los casos; corrige la forma humana del acceso a él.

Puede decirse, por tanto, que la vida moral está sometida a una doble exigencia: no mentir al otro y no deshumanizarlo con la verdad. La primera sin la segunda produce dureza. La segunda sin la primera produce complicidad o blandura. El equilibrio es difícil

porque obliga a renunciar a dos comodidades opuestas: la comodidad del que hiere y se excusa en su lucidez, y la comodidad del que calla y se excusa en su sensibilidad. La empatía, bien entendida, no sirve a ninguna de esas comodidades. Sirve a una tarea más ardua: decir o sostener la verdad de tal modo que el otro siga siendo alguien y no simple blanco del acierto propio.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La verdad sin empatía puede volverse cruel porque, aun siendo correcta en el contenido, trata al otro como si su mundo vivido fuera irrelevante para la forma moral de decirla o aplicarla; la empatía no niega esa verdad, pero la obliga a comparecer sin cosificar a quien la recibe.

10.7. El orden correcto: comprender, discernir, decidir

Una vez rechazados los dos errores simétricos —la empatía erigida en principio supremo de la moral y la verdad ejercida sin empatía—, se vuelve posible formular con mayor precisión el orden correcto de la vida moral. Ese orden no consiste en elegir entre comprensión y juicio, entre sensibilidad y verdad, entre cercanía y justicia. Consiste en **articularlas en una secuencia justa**. Y esa secuencia puede expresarse así: primero comprender, después discernir, finalmente decidir. No porque estos momentos se den siempre separados de manera cronológica estricta, sino porque guardan entre sí una prioridad interna. Si el orden se invierte, la moral se deforma. Si se conserva, gana humanidad sin perder firmeza.

La primera tarea es **comprender**. No en el sentido de justificar, no en el sentido de asentir, no en el sentido de disolver la realidad en psicología, sino en el sentido fuerte que se ha venido elaborando a lo largo del libro: dejar comparecer al otro como sujeto de

experiencia, entrar en la estructura de su mundo vivido, captar qué significa para él lo que vive, desde qué historia, qué miedo, qué expectativa o qué herida se organiza su perspectiva. Sin este primer momento, la relación moral empieza ya empobrecida. Empieza con categorías aplicadas a un ser humano que todavía no ha sido recibido como alguien. Empieza con reglas, diagnósticos o condenas donde aún faltaba la presencia del otro. Por eso comprender debe tener prioridad. No porque cierre el problema, sino porque lo abre correctamente.

Esta prioridad es profundamente importante. El juicio que se adelanta a la comprensión corre el riesgo de ser más rápido que verdadero. No porque todo juicio temprano sea necesariamente falso, sino porque le faltan todavía dimensiones esenciales del caso. Ignora cómo pesa la situación sobre el sujeto, qué asimetrías de vulnerabilidad están en juego, qué parte de la reacción nace de una historia herida, qué parte del daño fue realmente visible para quien actuó, qué mundo de significados estaba abierto en ese instante. Todo esto no absuelve, pero sí modifica el espesor de lo que se está juzgando. Por eso comprender primero no es sentimentalismo. Es método moral.

Sin embargo, comprender primero no significa comprender **solamente**. Ésta es la segunda gran tarea: **discernir**. Discernir significa distinguir dentro de la complejidad. Distinguir entre la realidad de una experiencia y la corrección de su interpretación. Entre una herida real y las conclusiones excesivas que pueden extraerse de ella. Entre el sufrimiento y la legitimidad de la respuesta nacida de él. Entre responsabilidad disminuida y responsabilidad cancelada. Entre necesidad de compasión y necesidad de límite. Entre daño efectivamente recibido y agravio imaginado. Entre

exigencia justa y violencia. Sin este segundo momento, la comprensión se vuelve informe. Ve mucho, pero no ordena. Recibe mucho, pero no sabe todavía qué pensar de ello.

El discernimiento es la tarea más difícil porque trabaja precisamente allí donde la vida moral deja de poder contentarse con la pura acogida. Comprender al otro puede ser ya un gran acto de humanidad. Pero una vez comprendido, queda todavía la pregunta decisiva: **¿qué es verdad aquí, qué es justo aquí, qué bien está en juego aquí?** Y estas preguntas no se responden por la sola intensidad de la experiencia ajena. Exigen una inteligencia más amplia, capaz de mantener juntas varias dimensiones a la vez: los hechos, la perspectiva, la responsabilidad, los efectos sobre terceros, la historia previa, la intención, el daño objetivo, la fragilidad subjetiva y los bienes en conflicto. Discernir es el arte de no dejar que ninguna de estas dimensiones absorba a las demás.

Por eso el discernimiento exige una virtud especial: la capacidad de **soportar la complejidad sin huir ni hacia la simplificación ni hacia la parálisis**. Muchas personas, una vez que han comprendido de verdad al otro, sienten la tentación de suspender indefinidamente toda afirmación fuerte. Como si la riqueza del caso impidiera ya toda distinción nítida. Otras, al contrario, huyen de la complejidad tan pronto como aparece y regresan a fórmulas duras, limpias, tranquilizadoras. Ninguna de las dos posturas está a la altura de la vida moral. El discernimiento maduro acepta que un caso puede ser hondamente complejo y, aun así, necesitar una conclusión firme. No le pide a la realidad que sea simple para poder decir algo verdadero sobre ella.

Pero tampoco el discernimiento es todavía el punto último. Después de comprender y discernir, llega el momento de **decidir**. Y decidir

significa asumir una forma concreta de respuesta: hablar, callar, corregir, esperar, perdonar, resistir, sancionar, acompañar, poner un límite, sostener una exigencia, retirarse, intervenir, reparar o aceptar una pérdida. La moral no se agota en ver bien. Debe también actuar bien. Puede haber comprensiones admirables y discernimientos muy finos que no llegan nunca a una decisión justa porque el sujeto permanece suspendido en una lucidez sin coraje o en una sensibilidad sin forma. La decisión introduce el peso de la libertad. Obliga a convertir la comprensión y el juicio en una responsabilidad asumida.

Aquí aparece algo muy importante: la decisión justa no es un añadido exterior a la comprensión y al discernimiento, sino su prueba final. Una comprensión que no modifica nunca la decisión es sospechosamente decorativa. Un discernimiento que nunca se traduce en forma de respuesta es intelectualmente interesante, pero moralmente insuficiente. La vida humana exige pronunciarse con actos. Y es en ese punto donde se ve si la empatía ha sido realmente integrada o si ha quedado como puro refinamiento perceptivo. Porque decidir bien después de comprender exige algo más arduo que decidir desde la pura norma o desde la pura emoción. Exige decidir desde una conciencia que ya no puede fingir ignorancia sobre el otro y, sin embargo, no puede abdicar del bien.

La dificultad mayor aparece cuando estos tres momentos parecen empujar en direcciones distintas. Comprendo mucho a alguien y, precisamente por eso, me resulta más difícil sostener el límite que el discernimiento me muestra como necesario. O discierno con claridad que cierta exigencia es justa, pero sé también que caerá sobre una herida real y la decisión me pesa. O comprendo que el otro está realmente devastado, y sin embargo la decisión correcta es no

concederle lo que pide. En todos estos casos, la vida moral alcanza uno de sus puntos más altos y más dolorosos. Porque ya no se puede actuar ni desde la ceguera ni desde la comodidad de la emoción inmediata. Hay que elegir una forma de bien que quizá no tranquiliza ni a uno mismo ni al otro en el instante.

Esto permite formular una tesis central: **el orden correcto no suprime la tragedia moral; la vuelve más lúcida**. Comprender, discernir y decidir no garantiza que toda respuesta sea emocionalmente satisfactoria, ni que toda herida pueda ser evitada, ni que toda justicia sea sentida como justa por todos los implicados. Lo que garantiza, cuando funciona bien, es otra cosa: que la respuesta no nazca ni de la simplificación ni de la barbarie. La vida moral adulta no siempre puede evitar el dolor. Pero sí puede evitar, en parte, el dolor innecesario que nace de responder mal: sin comprensión, sin discernimiento o sin valentía para decidir.

Este orden tiene además una importancia pedagógica enorme. Muchos fracasos morales nacen de que alguien ha absolutizado uno de los tres momentos e ignorado los otros. Hay quienes quieren comprender siempre, pero nunca llegan a decidir. Viven en una especie de empatía perpetua que los vuelve incapaces de límite. Otros disciernen con rapidez, pero casi no comprenden; distinguen, clasifican, dictaminan, pero sobre realidades humanas todavía mal recibidas. Otros deciden con gran firmeza, pero sin haber hecho casi ningún trabajo previo de comprensión ni de juicio. El resultado, en los tres casos, es una deformación. La formación moral debería enseñar precisamente esta secuencia: no precipitar el juicio, no eternizar la comprensión, no temer la decisión cuando ya ha sido preparada con suficiente seriedad.

También la vida interior puede ser pensada desde este orden. Frente a uno mismo, comprender significa reconocer con verdad lo que se siente, el mundo desde el que se reacciona, las heridas y temores que operan. Discernir significa preguntarse qué parte de esa experiencia revela algo real y qué parte la deforma, qué responsabilidad conservo, qué autoengaños hay, qué exigencias son legítimas. Decidir significa responder a esa verdad interior de una manera concreta: cambiar, soportar, pedir perdón, poner un límite, aceptar una pérdida, corregirse, buscar ayuda o dejar de justificarse. Allí también se ve que la comprensión de sí no basta. Pero sin ella, el juicio propio se vuelve ciego y la decisión, errática o cruel.

Hay una gran sabiduría en este orden porque distribuye correctamente el peso de las facultades humanas. La empatía tiene su lugar en el comienzo, como apertura indispensable a la alteridad. El juicio tiene su lugar en el medio, como discernimiento de verdad y justicia. La libertad tiene su lugar al final, como decisión responsable. Cuando este orden se invierte, las facultades se corrompen. La libertad se vuelve arbitrariedad si decide sin haber comprendido ni discernido. El juicio se vuelve brutal si discierne sin haber comprendido. La empatía se vuelve impotente o invasiva si comprende y no acepta pasar a la medida del juicio y de la decisión.

Conviene señalar, además, que estos momentos no son compartimentos herméticos. Mientras comprendo, ya se insinúan ciertos discernimientos. Mientras discierno, mi comprensión puede seguir profundizándose. Mientras decido, vuelven a operar tanto la comprensión como el juicio. La vida real no es mecánica. Pero el hecho de que los momentos se entrelacen no elimina su prioridad estructural. Sigue siendo verdad que no debería decidirse bien sin

haber discernido, ni discernirse bien sin haber comprendido. El orden importa, aunque la temporalidad concreta sea más fluida.

Este punto resulta especialmente valioso para corregir dos eslóganes morales simplificadores. El primero diría: “lo importante es entender”. El segundo: “lo importante es hacer lo correcto”. Ambos son insuficientes si se los absolutiza. Entender importa enormemente, pero no basta. Hacer lo correcto importa decisivamente, pero puede convertirse en brutalidad si se olvida el camino que lleva hasta ahí. La fórmula más madura sería otra: **hay que comprender lo suficiente para discernir con verdad y decidir con justicia**. Esta frase expresa mejor la arquitectura real de la vida moral.

También se aclara así la diferencia entre una moral de adultos y una moral puramente reactiva. La moral reactiva responde demasiado rápido a lo que siente o a lo que piensa inicialmente. No sabe retardar el impulso del juicio ni someter la emoción a discernimiento. La moral adulta introduce mediaciones. No porque se enfríe, sino porque se disciplina. Sabe que el primer impacto no basta, que la primera interpretación puede ser pobre, que la primera compasión puede estar mal orientada y que la primera dureza puede ser injusta. Esa disciplina interior es precisamente la que hace posible el orden correcto.

Hay una cuestión todavía más honda. Comprender, discernir y decidir corresponden también a tres dimensiones de la dignidad humana. Comprender honra al otro como sujeto de experiencia. Discernir honra la verdad como algo que no se reduce a la pura vivencia. Decidir honra la libertad como capacidad de asumir una respuesta responsable. Una vida moral completa no puede sacrificar ninguna de estas tres dignidades. Si sacrifica la primera,

cosifica. Si sacrifica la segunda, sentimentaliza. Si sacrifica la tercera, se paraliza o se deja arrastrar. La grandeza del orden correcto es que deja a cada dimensión su lugar.

Esto explica también por qué la moral exige no sólo buena intención, sino forma interior. Muchas personas son sinceramente compasivas, pero carecen de discernimiento. Otras son lúcidas, pero no dejan entrar al otro. Otras comprenden y juzgan bien, pero no se atreven a decidir. La vida moral madura no depende de un solo talento. Exige una cierta armonía entre facultades. La empatía es una de ellas, y muy alta. Pero sólo cuando acepta ser integrada en un orden más amplio alcanza su verdadera fecundidad.

Podría decirse, en síntesis, que este orden correcto salva a la empatía de dos tentaciones opuestas. La salva de volverse soberana, porque la obliga a dejar paso al discernimiento y a la decisión. Y la salva de volverse ornamental, porque le da un lugar necesario al comienzo de la vida moral. No es todo. Pero sin ella, el todo se deshumaniza. Esa posición intermedia es precisamente la señal de su rango real: no una facultad total, sino una mediación indispensable entre el encuentro con el otro y la respuesta justa.

La formulación más rigurosa sería ésta:

El orden correcto de la vida moral consiste en comprender primero, discernir después y decidir finalmente, de modo que la empatía abra el acceso al otro, el juicio distinga la verdad y la justicia del caso, y la libertad asuma una respuesta concreta sin invertir ni omitir ninguno de esos momentos.

10.8. La fórmula exacta: condición necesaria, criterio insuficiente

Después de todo lo recorrido, ya es posible formular con precisión el lugar exacto de la empatía en la vida moral. No como consigna, no como palabra prestigiosa, no como ideal sentimental vago, sino como estructura real dentro de una arquitectura más amplia. Y esa fórmula, si quiere ser rigurosa, debe decir dos cosas al mismo tiempo: la empatía es **moralmente necesaria** y, sin embargo, es **moralmente insuficiente**. Si se afirma sólo lo primero, se cae en su idolatría. Si se afirma sólo lo segundo, se cae en su desprecio. La verdad está en la conjunción de ambas tesis.

La empatía es moralmente necesaria porque sin ella el otro corre siempre el riesgo de quedar reducido a exterioridad, a función, a conducta observable o a mero caso de aplicación de normas. Sin empatía, el juicio pierde profundidad humana. Puede seguir teniendo categorías, reglas, principios, incluso buena intención; pero ya no ve bien aquello sobre lo que recae. Le falta el acceso a la experiencia vivida, al mundo tal como se organiza para el otro, a la densidad concreta de su miedo, de su herida, de su humillación, de su deseo, de su fragilidad o de su esperanza. Sin ese acceso, la moral se vuelve fácilmente abstracta. Y la abstracción, cuando se aplica a personas, tiene una peligrosa facilidad para convertirse en brutalidad.

La necesidad de la empatía nace, por tanto, de una exigencia de realidad. No se trata de hacer más cálido el vínculo por motivos decorativos. Se trata de no mentir sobre lo humano. Lo humano no consiste sólo en actos objetivables ni en reglas aplicables. Consiste también en interioridad, en experiencia, en mundos vividos, en modos de habitar una situación. Allí donde la moral ignora esta

dimensión, se vuelve falsa respecto de su objeto. Puede seguir siendo ordenada, coherente y firme, pero ya no hace justicia a aquello mismo que pretende juzgar o guiar. La empatía es necesaria porque devuelve a la moral contacto con la realidad interior del otro.

Pero esa necesidad no la convierte en criterio último. Y aquí entra la segunda mitad de la fórmula: la empatía es moralmente insuficiente. Insuficiente porque comprender cómo se vive una situación no decide por sí solo qué es verdadero sobre ella. Insuficiente porque captar la herida no basta para determinar qué respuesta es justa. Insuficiente porque la resonancia afectiva no puede gobernar por sí sola la distribución de deberes, responsabilidades y límites. Insuficiente porque el bien no se deja reducir a lo que una conciencia experimenta más intensamente. E insuficiente, además, porque la misma empatía puede deformarse: proyectar, justificar demasiado pronto, volverse invasiva, quedar capturada por la identificación o servir incluso a fines manipuladores.

Decir que la empatía es criterio insuficiente no es rebajarla. Es protegerla contra una carga indebida. Porque una facultad se degrada cuando se le exige hacer aquello para lo que no está hecha. La empatía puede abrir, humanizar, matizar, frenar la crueldad, hacer visible lo ignorado, complejizar el juicio y preparar respuestas más verdaderas. Pero no puede decidir por sí sola qué debe prevalecer cuando hay conflicto entre varios bienes, varias personas o varias responsabilidades. No puede decir cuándo una herida justifica una excepción y cuándo no. No puede establecer por sí sola el equilibrio entre verdad y protección, entre compasión y límite, entre singularidad y justicia común. Todo eso exige una arquitectura más compleja.

La fórmula exacta del lugar moral de la empatía podría enunciarse así: **es condición necesaria para una moral no bárbara, pero criterio insuficiente para una moral completa**. En esta frase hay una enorme ganancia conceptual. “Condición necesaria” significa que no se debería juzgar, educar, corregir, acompañar, decidir o legislar como si el otro no fuera sujeto de experiencia. “Criterio insuficiente” significa que la mera presencia de esa experiencia en mi horizonte no resuelve todavía el contenido del bien ni la forma justa de la respuesta. La primera mitad de la frase combate la dureza ciega. La segunda combate el sentimentalismo soberano.

Puede parecer una fórmula demasiado equilibrada, demasiado moderada, casi decepcionante para quien querría una facultad capaz de resolver por sí sola el problema del bien. Pero precisamente ahí radica su fuerza. La vida moral madura no necesita ídolos simples. Necesita articulaciones verdaderas. Y una de las grandes tareas del pensamiento ético consiste en resistir la necesidad infantil de una sola clave total. La empatía no lo es. Pero sin ella, lo demás se desfigura. Esta posición intermedia, lejos de ser una debilidad, expresa su verdadera dignidad.

También puede formularse de otro modo. La empatía no es la cima de la moral, pero es una de sus puertas principales. No determina por sí sola la dirección final del camino, pero sin ella muchas decisiones entran ya torcidas. Es una facultad de **acceso**, no de **soberanía**. Acceso al otro como alguien, acceso al espesor de su experiencia, acceso al hecho de que la vida humana no puede ser tratada sólo desde fuera. Pero una vez abierto ese acceso, la vida moral tiene todavía que trabajar con otras facultades: discernir la verdad, medir la justicia, deliberar sobre el bien, decidir con responsabilidad, sostener límites, ordenar prioridades y responder

también a quienes no despiertan nuestra comprensión con igual facilidad.

Esta idea corrige una de las ilusiones más dañinas del presente: la de que bastaría con “más empatía” para resolver la crisis moral. No basta. Hace falta más verdad, más justicia, más discernimiento, más responsabilidad, más educación del juicio y, a veces, más fortaleza para sostener lo debido incluso cuando duele. Pero al mismo tiempo, otra ilusión simétrica debe ser rechazada: la de que todo eso puede mantenerse sin empatía suficiente. Tampoco. Porque entonces la verdad se endurece, la justicia se abstrae, el juicio se simplifica y la responsabilidad se ejerce sobre seres humanos demasiado mal vistos. Las dos mitades de la fórmula deben ser afirmadas juntas o se pierde la verdad de ambas.

La empatía, comprendida así, ocupa un lugar análogo al de una luz inicial. No dice todavía qué camino es correcto en todos sus pasos, pero impide caminar en la oscuridad respecto de quién es el otro para quien ese camino contará. Muestra que las decisiones morales no recaen sobre piezas intercambiables, sino sobre vidas concretas. Pero una luz inicial no es todavía una brújula completa. Hace visible el terreno. No decide por sí sola la dirección final. La moral necesita ambas cosas: luz sobre el terreno humano y orientación sobre el bien.

Hay una consecuencia muy importante de esta formulación: la empatía no debe ser medida sólo por su intensidad, sino por su integración correcta en el conjunto de la vida moral. Una empatía muy intensa, pero mal integrada, puede producir más daño que una empatía más sobria y mejor ordenada. Quien siente mucho con el otro pero pierde toda capacidad de juicio puede actuar peor que quien lo comprende con menos resonancia, pero con más verdad y

justicia. Quien capta finamente las heridas ajenas pero usa ese conocimiento sin respeto está moralmente peor que quien tiene menor acceso empático, pero mantiene un trato más digno. El problema no es cuánto empatizamos, sino qué lugar damos a la empatía dentro de la totalidad de nuestra relación con el bien.

Esto mismo debería cambiar el modo en que educamos moralmente. No basta exhortar a "ponerse en el lugar del otro" como si eso resolviera el problema entero. Hay que enseñar también a distinguir, a soportar complejidad, a juzgar sin deshumanizar, a decir la verdad sin crueldad, a reconocer la realidad de una herida sin convertirla en criterio soberano, a sostener límites sin perder la comprensión y a decidir sin traicionar ni al otro ni al bien. La empatía debe ser educada junto con las demás facultades, no en lugar de ellas. Aislada, se sentimentaliza. Integrada, se vuelve fecunda.

También se comprende mejor, desde aquí, por qué tantas discusiones contemporáneas en torno a la empatía resultan estériles. Unos la exaltan como remedio universal; otros la desprecian como debilidad manipulable. Ambos bandos tienen ante sí una imagen simplificada. Los primeros olvidan su insuficiencia. Los segundos olvidan su necesidad. La tesis rigurosa los corrige a ambos: sí, la empatía puede ser parcial, manipulable, sesgada e impotente cuando se absolutiza. Pero no, de ahí no se sigue que sea prescindible. Precisamente porque es frágil debe ser pensada mejor, no abandonada.

La madurez moral empieza cuando una facultad deja de ser idolatrada y también deja de ser subestimada. Ése es el punto al que hemos llegado con la empatía. Ya no puede ser presentada como simple dulzura, como aprobación encubierta o como suprema virtud total. Tampoco puede ser descartada como sentimentalismo inútil.

Ha reaparecido, al fin, en su lugar exacto: facultad de acceso a la alteridad, condición de humanización del juicio, correctivo contra la barbarie, mediación indispensable para una verdad y una justicia no abstractas, pero incapaz de gobernar sola el orden completo del bien.

Por eso la fórmula "condición necesaria, criterio insuficiente" debe ser retenida con toda firmeza. No sólo resume una parte del libro. Resume una manera entera de pensar la moral. Una moral que no quiera ser ni ciega ni blanda, ni brutal ni sentimental, necesita aprender a situar así a la empatía. Darle menos sería empobrecer la humanidad. Darle más sería empobrecer el juicio. Sólo dándole su lugar exacto puede conservarse a la vez el rostro del otro y la exigencia del bien.

La consecuencia más profunda es quizá ésta: la empatía no manda, pero tampoco puede ser ignorada sin que la vida moral empiece ya a corromperse. No decide el todo, pero el todo se deforma sin ella. No es reina, pero es imprescindible para que el reino no se vuelva inhumano. Y entender eso es una de las formas más sobrias, más altas y más necesarias de sabiduría moral.

10.9. La arquitectura moral completa

Una vez establecido que la empatía es condición necesaria y criterio insuficiente, se vuelve posible describir con más precisión la arquitectura completa de la vida moral. Esta arquitectura no es un agregado casual de facultades, sino un orden interno en el que cada una cumple una función que ninguna otra puede asumir por entero. La confusión contemporánea en torno a la empatía nace, en gran parte, de haber perdido el sentido de ese orden. Se le ha pedido a una sola facultad lo que sólo puede surgir de una composición más

amplia. Por eso hace falta ahora nombrar con claridad esa composición.

La primera pieza de la arquitectura moral es la **apertura al otro como sujeto**. Aquí se sitúa la empatía. Su tarea es romper la clausura espontánea del yo, impedir que el otro quede reducido a comportamiento, a función o a simple objeto de evaluación, y dejar comparecer su experiencia en cuanto experiencia. Sin este primer movimiento, la vida moral comienza ya desfigurada. Porque el juicio que no ha dejado aparecer al otro como alguien parte de una falsificación antropológica: trata a personas como si fueran cosas complejas o meros soportes de actos. La empatía corrige esa falsificación. Éste es su honor propio y no debe ser minimizado.

Pero la apertura al otro no basta. Una segunda pieza es el **discernimiento de la verdad**. Una vez que el otro ha comparecido en la densidad de su experiencia, la conciencia moral debe preguntarse qué parte de esa experiencia ilumina la realidad y qué parte la deforma; qué hay de verdadero en su vivencia y qué hay de parcial en su interpretación; qué se debe a la situación y qué a la herida previa; qué es reacción proporcionada y qué es exageración; qué es daño real y qué es lectura defensiva. Esta tarea no puede ser realizada por la empatía sola. Requiere inteligencia, examen, contraste con los hechos y capacidad de distinción. Si este discernimiento desaparece, la moral se sentimentaliza. Si opera sin la apertura empática previa, se brutaliza.

La tercera pieza es la **justicia**. No basta con comprender al otro y no basta con discernir la estructura de su experiencia. Hay que determinar también qué es debido entre personas, cómo se distribuyen responsabilidades, qué límites deben mantenerse, qué bienes comunes están en juego y cómo evitar que la respuesta moral

se vuelva rehén de la intensidad afectiva del caso más visible. La justicia introduce una medida que impide tanto la arbitrariedad de la emoción como la parcialidad del agrado. Le recuerda a la conciencia que no sólo existe este otro concreto, sino también otros otros, otras obligaciones, otras heridas y otras exigencias que no pueden ser absorbidas por una sola escena emocional. La justicia amplía el campo.

Sin embargo, la justicia tampoco basta por sí sola. Necesita una cuarta pieza: la **prudencia**. La prudencia no crea los fines últimos, pero discierne la forma adecuada de realizarlos en circunstancias concretas. Pregunta por el cuándo, el cómo, el cuánto, el aquí y el ahora. Gracias a ella, la verdad no se convierte en descarga, la justicia no se convierte en rigidez, la compasión no se convierte en protección ciega y el amor no se convierte en posesión. La prudencia es la inteligencia de la aplicación singular. Sabe que dos casos formalmente parecidos no deben siempre ser tratados de la misma manera, porque no pesan igual, no maduran igual, no resisten igual y no están situados igual. Sin prudencia, la moral puede tener buenas intenciones, incluso buenos principios, y responder sin embargo de manera desproporcionada o torpe.

La quinta pieza es el **respeto por la dignidad**. La empatía abre al otro, la verdad discierne, la justicia ordena y la prudencia mide, pero el respeto introduce un límite absoluto a la tentación permanente del dominio. Gracias a él, el otro no puede ser tratado como simple objeto de intervención, ni siquiera en nombre de su bien. El respeto recuerda que la cercanía no autoriza invasión, que la comprensión no autoriza apropiación y que el conocimiento de la fragilidad ajena no concede derecho sobre ella. Sin respeto, incluso una moral cálida y comprensiva puede convertirse en paternalismo, tutela

humillante o manipulación sofisticada. El respeto protege al otro incluso frente a nuestras mejores intenciones.

La sexta pieza es el **amor**, cuando la relación lo reclama y lo permite. El amor no siempre está exigido en el mismo grado por toda situación moral, pero allí donde comparece plenamente introduce algo que ninguna de las facultades anteriores contiene por sí sola: la afirmación estable del bien del otro en cuanto otro. El amor no reemplaza la verdad, la justicia, la prudencia ni la empatía. Las reúne en una orientación más profunda. Quiere el bien del otro no sólo porque lo comprende, ni sólo porque respeta su dignidad, ni sólo porque la justicia lo exige, sino porque se ha vinculado de una manera más radical a su florecimiento, a su verdad y a su bien real. Sin esta dimensión, muchas respuestas correctas pueden seguir siendo moralmente sobrias pero insuficientemente entregadas. Con ella, la vida moral alcanza una densidad más alta.

Y todavía hace falta añadir una séptima pieza: la **fortaleza**. Porque comprender, discernir, juzgar, respetar, amar y decidir no basta si no se tiene la capacidad de sostener lo que se ha visto como bueno cuando hacerlo cuesta, hiere, genera resistencia o exige atravesar sufrimiento propio y ajeno. Sin fortaleza, la empatía puede volvernos tan sensibles al malestar inmediato que ya no podamos mantener un límite justo. Sin fortaleza, la verdad se calla, la justicia retrocede, la prudencia se vuelve timidez y el amor se sentimentaliza. La fortaleza no corrige a la empatía negándola; la sostiene allí donde la compasión sola querría ceder.

Si se mira esta arquitectura en conjunto, se vuelve evidente que la empatía ocupa un lugar imprescindible, pero no central en el sentido de soberano. Es más bien el primer gran correctivo contra la deshumanización del pensamiento moral. Sin ella, todo el edificio

corre el riesgo de levantarse sobre una antropología falsa. Pero ella sola no puede construir el edificio entero. Necesita ser integrada por la verdad, la justicia, la prudencia, el respeto, el amor y la fortaleza. Cada una salva algo que la empatía, por sí sola, no puede salvar.

Esto permite ver mejor el error de las morales unilaterales. Una moral centrada casi exclusivamente en la empatía tenderá a comprender mucho y ordenar poco. Verá heridas, no siempre responsabilidades. Escuchará sufrimientos, no siempre exigencias del bien. Corregirá durezas, pero puede debilitar límites. Ayudará a ver mejor al otro singular, pero no siempre sabrá qué hacer cuando varios otros reclamen al mismo tiempo. Una moral centrada casi exclusivamente en la justicia formal, por el contrario, ordenará mucho y verá poco. Podrá distribuir con limpieza, pero sobre una realidad humana despersonalizada. Una moral centrada sólo en el amor, sin empatía ni verdad, puede volverse ciega y posesiva. Una moral centrada sólo en la prudencia, sin verdad fuerte, puede caer en oportunismo fino. Cada reducción unilateral deforma el todo.

Por eso la pregunta verdaderamente importante ya no es si la empatía es buena o mala, fuerte o débil, central o secundaria. La pregunta correcta es: **¿qué arquitectura moral la contiene y la ordena?** Dentro de una arquitectura pobre, la empatía puede convertirse en justificación sentimental, en coartada afectiva o en criterio caprichoso de atención moral. Dentro de una arquitectura madura, en cambio, se vuelve una de las facultades más nobles del espíritu: aquella que impide que el bien se ejerza sin haber visto antes a quién afecta, cómo lo afecta y desde qué mundo lo recibe.

Esta arquitectura completa enseña además una lección muy importante sobre el modo en que las facultades morales deben relacionarse. No se trata de que una anule a la otra. La verdad no

derrota a la empatía. La justicia no expulsa a la comprensión. El amor no disuelve el juicio. La prudencia no relativiza el bien. La fortaleza no endurece la compasión por principio. Cada una limita y salva a las demás. Ésta es la gran sabiduría del orden moral: ninguna facultad se vuelve plenamente fecunda si se la aísla. La empatía, precisamente por ser tan valiosa, necesita de ese orden para no deformarse.

También cambia así la comprensión de la excelencia moral. Ya no se trataría de ser "muy empático" como si eso bastara para medir una vida buena. Se trataría de otra cosa: de poseer una empatía suficientemente real como para no cosificar al otro, una inteligencia suficientemente rigurosa como para no confundirse con su sola experiencia, una justicia suficientemente estable como para no volverse parcial, una prudencia suficientemente fina como para responder bien, un respeto suficientemente fuerte como para no invadir, un amor suficientemente recto como para querer el bien y una fortaleza suficientemente firme como para sostenerlo. La excelencia moral no intensifica una sola virtud; ordena varias sin mutilarlas.

Esto tiene consecuencias directas para la formación humana. Educar moralmente no es sólo enseñar reglas, ni sólo enseñar sensibilidad. Tampoco es sólo enseñar pensamiento crítico o sólo cultivar afectos nobles. Educar moralmente es introducir al sujeto en esta arquitectura. Enseñarle a no juzgar sin comprender, pero también a no quedarse en comprender. Enseñarle a escuchar el sufrimiento sin entregarle soberanía absoluta. Enseñarle a distinguir entre la verdad de una vivencia y la verdad de la situación. Enseñarle a respetar sin dejar de corregir. Enseñarle a querer el bien del otro sin invadirlo. Enseñarle a sostener decisiones difíciles sin endurecer el

corazón. La empatía, así integrada, deja de ser consigna y se vuelve parte de una formación entera del carácter.

Hay una formulación especialmente útil para sintetizar todo esto: la empatía **humaniza** la moral, pero no la **funda** por entero. La verdad la orienta. La justicia la ordena. La prudencia la concreta. El respeto la limita. El amor la eleva. La fortaleza la sostiene. Sin empatía, esta arquitectura se seca. Sin las demás, la empatía se desordena. Éste es el equilibrio que la sensibilidad contemporánea ha perdido en gran medida, y que una reflexión más rigurosa debe ayudar a recuperar.

En el fondo, lo que aquí se está afirmando es que la vida moral madura no puede organizarse en torno a un solo centro afectivo o intelectual. La condición humana es demasiado compleja para eso. El otro no es sólo alguien que siente, ni sólo alguien que debe, ni sólo alguien que vale, ni sólo alguien que puede ser amado. Es todo eso a la vez. Y responder bien a su presencia exige una pluralidad ordenada de facultades. La empatía ocupa un lugar decisivo entre ellas porque asegura la entrada en el reino de la interioridad ajena. Pero no reina sola. Y reconocerlo es una forma superior de respeto tanto por la verdad como por la propia empatía.

Podría decirse, finalmente, que esta arquitectura moral completa corrige dos infantilismos opuestos. El infantilismo duro cree que basta con saber qué está bien y aplicarlo. El infantilismo sentimental cree que basta con sentir mucho y comprender mucho. La madurez rechaza ambos atajos. Sabe que hace falta comprender, distinguir, medir, querer, respetar, sostener y decidir. Sabe que ninguna de estas tareas puede ser suplida completamente por otra. Y sabe también que el gran fracaso moral comienza cada vez que una de ellas pretende erigirse en totalidad.

La empatía, colocada dentro de esta arquitectura, recupera su grandeza verdadera. Ya no necesita ser divinizada para resultar esencial. Le basta con ser lo que es: la facultad que impide que el otro desaparezca del campo moral como sujeto de experiencia. Y eso, dentro de una vida humana bien ordenada, es inmenso.

10.10. La madurez moral: ni dureza ni sentimentalismo

La arquitectura moral completa permite comprender por fin qué tipo de ser humano exige una vida ética bien ordenada. No exige ni el sujeto duro que se enorgullece de no ser afectado por nada, ni el sujeto sentimental que convierte toda experiencia intensa en criterio soberano. Exige algo más difícil y menos espectacular: una **madurez moral** capaz de unir comprensión y verdad, cercanía y medida, sensibilidad y forma. Esta figura humana no nace espontáneamente. Es fruto de disciplina interior, de pensamiento, de sufrimiento bien atravesado y de una larga educación del juicio y del corazón.

La dureza y el sentimentalismo son, en el fondo, dos formas opuestas de inmadurez. La dureza no quiere entrar de verdad en la experiencia ajena porque teme que hacerlo complique demasiado el juicio, debilite la propia seguridad o introduzca una vulnerabilidad que no sabe sostener. Prefiere la limpieza externa de las reglas, de los diagnósticos rápidos o de las condenas claras. Le incomoda el espesor de la vida humana, porque ese espesor obliga a pensar más, a matizar más y a renunciar al placer de la claridad fácil. El sentimentalismo, en cambio, sí entra en la experiencia ajena, o al menos en su intensidad visible, pero no sabe ya salir de ella con verdad. Se deja gobernar por la impresión, por la herida más conmovedora, por la versión más vívida del dolor o por la necesidad de no contrariar a quien sufre. El primero simplifica por defecto de cercanía. El segundo simplifica por defecto de forma.

La madurez moral rechaza ambos atajos. Sabe que la realidad humana no puede ser tratada ni desde la pura distancia ni desde la pura inmersión afectiva. Quien quiere vivir moralmente bien tiene que aprender a **entrar** y a **salir**. Entrar en la experiencia del otro sin miedo a perder la comodidad de la propia perspectiva. Y salir de ella sin traicionarla, para poder discernir, ordenar y responder. Esta doble capacidad constituye uno de los rasgos más altos del carácter. Entrar sin quedar absorbido. Salir sin endurecerse. Comprender sin capitular. Juzgar sin cosificar. No hay madurez moral más alta que ésta.

Podría decirse que el sujeto moral inmaduro busca siempre una forma de economía interior. Quiere ahorrar trabajo. El duro ahorra el trabajo de comprender. El sentimental ahorra el trabajo de discernir. El primero se protege de la complejidad negándola o minimizándola. El segundo se protege de la responsabilidad del juicio disolviéndola en comprensión o en validación. Ambos evitan algo costoso. La madurez, en cambio, acepta pagar el precio entero de la realidad humana. Y ese precio es alto: implica soportar la complejidad del otro sin dejar de sostener la exigencia del bien.

Esto significa que la madurez moral no es, ante todo, una cuestión de buenos sentimientos, aunque los incluya, ni de rectitud abstracta, aunque la necesite. Es, más bien, una forma de **orden interior**. Las facultades no tiran cada una por su lado. La empatía no usurpa el lugar del juicio. La verdad no aplasta la sensibilidad. La justicia no se desentiende del caso concreto. La compasión no se vuelve protectora hasta la ceguera. La fortaleza no se endurece. El amor no se vuelve posesivo. Todo esto requiere una composición. Y la composición no se improvisa. Se forma.

Hay una señal clara de esta madurez: la capacidad de no sentirse traidor ni cuando comprende mucho ni cuando, después de comprender, sostiene una verdad difícil. Muchas personas viven estas dos cosas como incompatibles. Si comprenden, ya no saben corregir. Si corrigen, sienten que han dejado de comprender. Todavía no han ordenado sus facultades. La madurez, en cambio, permite algo más raro: permanecer fiel al otro y fiel a la verdad sin sentir que una fidelidad destruye la otra. Ésta es una de las libertades más difíciles de conquistar. Y es difícil porque exige resistir la presión emocional que nos empuja o bien a la dureza limpia o bien a la rendición afectiva.

En este punto conviene subrayar algo muy importante: la madurez moral no coincide con la neutralidad emocional. No exige ser frío para ser justo. No exige distanciarse afectivamente para pensar bien. Exige otra cosa: **no ser gobernado enteramente por lo que se siente**, aunque lo que se siente importe muchísimo. La emoción tiene un lugar. La comprensión afectiva tiene un lugar. Incluso la conmoción tiene su verdad. Pero ninguna de ellas puede usurpar el conjunto. El sujeto maduro escucha su propia reacción, la deja informar, la deja complicar, la deja humanizar. Pero no la convierte en soberana. Ha aprendido que sentir con otro no es todavía saber qué debe hacerse.

Esta lección vale también respecto de uno mismo. La inmadurez sentimental no sólo se da en relación con otros; también aparece en la relación con la propia experiencia. Hay personas que absolutizan lo que sienten y viven cada afecto intenso como si fuera ya la verdad entera de la situación. Otras hacen lo contrario: desconfían tanto de sus afectos que se tratan a sí mismas con una dureza casi abstracta. La madurez moral se manifiesta aquí también como una forma de

orden: acoger con seriedad lo que uno vive, comprenderlo, pero sin obedecerlo ciegamente ni negarlo con violencia. Quien no sabe hacer esto consigo mismo difícilmente sabrá hacerlo con otros.

La diferencia entre madurez y sentimentalismo se vuelve especialmente clara en la cuestión del límite. El sentimentalismo suele vivir el límite como agresión o como traición a la comprensión. Le cuesta muchísimo aceptar que una persona pueda ser realmente comprendida y, sin embargo, no recibir aquello que pide, o encontrar una resistencia justa, o escuchar una verdad que no desea, o cargar con una consecuencia que duele. La madurez moral, en cambio, sabe que hay límites que son una forma de bien. No lo sabe de manera fría. Lo sabe después de haber atravesado la incomodidad de comprender el sufrimiento que esos límites provocan. Y precisamente por eso puede sostenerlos de un modo menos soberbio y menos cruel.

La diferencia entre madurez y dureza, por su parte, se ve con claridad en la relación con la fragilidad. El duro tolera mal la fragilidad ajena porque la percibe como obstáculo para la norma, para la eficacia o para la limpieza del juicio. Puede incluso despreciarla en secreto. O, en su mejor versión, puede compadecerla desde lejos sin dejar que altere demasiado su marco. La madurez moral hace otra cosa. Reconoce la fragilidad como un dato central de la condición humana. No la idolatra, no la convierte en exención universal, pero tampoco la trata como molestia secundaria. Sabe que gran parte de la vida moral se juega precisamente en cómo se responde a la fragilidad sin humillarla y sin someterse a ella.

Hay en esta madurez una forma de valentía muy específica. No sólo el coraje de sostener la verdad o la justicia, sino el coraje de dejarse afectar por el otro sin perder forma. Esto es más difícil de lo que

parece. Porque la cercanía desordena. El dolor ajeno desestabiliza. La humillación del otro compromete, la miseria ajena hiere, la vulnerabilidad interpela. La reacción espontánea es o defenderse endureciéndose o disolverse en la conmoción. La madurez hace algo más arduo: permanece. Permanece en la cercanía sin fusión y en el juicio sin crueldad. No huye hacia ninguno de los extremos.

Podría decirse que la madurez moral exige una **hospitalidad con estructura**. Hospitalidad, porque deja entrar la alteridad en el propio horizonte y no la trata como ruido exterior. Estructura, porque no confunde acoger con rendirse ni escuchar con abdicar. Esta combinación es rara. Muchas personas son hospitalarias sin estructura: reciben todo, comprenden mucho, sienten con facilidad, pero luego ya no saben ordenar. Otras tienen estructura sin hospitalidad: saben decidir, juzgar, delimitar, pero sobre una realidad humana demasiado mal recibida. La excelencia moral necesita las dos cosas juntas.

También cambia con esto el sentido de la firmeza. La firmeza inmadura suele apoyarse en la poca afectación. “Puedo sostener esto porque no me dejo tocar demasiado.” La firmeza madura es de otra especie: “puedo sostener esto aunque me toque mucho, porque sé que tocarme no es todavía criterio suficiente para renunciar al bien discernido.” Esta segunda firmeza es mucho más alta. No nace de la impermeabilidad, sino de la integración. No necesita cerrarse al otro para no ceder. Ha aprendido a dejarse afectar y, aun así, no abandonar lo que debe mantenerse. Ésa es una de las formas más limpias de libertad moral.

Hay además un rasgo decisivo de la madurez: la capacidad de no usar la complejidad como excusa. La comprensión profunda del otro introduce matices, contextos, heridas, historias, asimetrías,

mezclas. Todo ello es real y necesario. Pero el sujeto inmaduro puede convertir esa complejidad en una forma de evasión: como todo es complejo, ya no se atreve a afirmar nada. La madurez piensa lo contrario: precisamente porque todo es complejo, hay que volverse más responsable en lo que se afirma, no menos. La complejidad no elimina el deber de discernir. Lo intensifica.

Esto explica por qué la madurez moral es inseparable de una cierta sobriedad. No necesita exhibir continuamente ni su comprensión ni su dureza. No convierte cada escena humana en ocasión para mostrar cuán sensible es, ni cuán incorruptible es su juicio. Sabe que gran parte de la verdadera vida moral ocurre en un registro menos teatral: escuchar mejor, esperar un poco más, decir una palabra justa en vez de una descarga, sostener un límite sin humillar, no aprovechar una fragilidad ajena, no ceder a la autocomplacencia de la condena, no correr a absolver para sentirse bueno. Esta sobriedad es un signo de profundidad. El alma inmadura tiende a dramatizar más sus virtudes.

La madurez moral implica también una forma especial de humildad. No la humildad servil de quien renuncia a juzgar por miedo a equivocarse, sino la humildad de quien sabe que su juicio siempre recae sobre una realidad humana que lo excede. Sabe que puede comprender mucho y, aun así, no todo. Sabe que puede ver con claridad una falta y, aun así, no reducir al otro a ella. Sabe que puede tener razón y, aun así, decirla mal. Sabe que puede estar muy afectado y, aun así, no haber alcanzado todavía la verdad completa. Esta humildad no debilita la decisión. La hace menos arrogante.

Hay un signo particularmente fino de esta humildad: la capacidad de revisar sin derrumbarse. El sujeto inmaduro suele vivir la rectificación como amenaza total. Si descubre que comprendió mal

al otro, siente que su empatía era falsa. Si descubre que juzgó con dureza excesiva, siente que todo su criterio queda en cuestión. Si descubre que fue demasiado blando, teme tener que endurecerse por completo. La madurez, en cambio, acepta la corrección como parte de la vida moral. No necesita una imagen perfecta de sí para seguir buscando la verdad. Puede haber entendido mal, puede haber juzgado demasiado pronto, puede haber cedido donde no debía o resistido donde convenía ceder. Y, sin embargo, sigue trabajando. Esta capacidad de corrección sin cinismo ni autoaniquilación es una señal muy alta de integridad.

Todo esto permite describir con más precisión la figura humana que emerge de la arquitectura moral completa. No es una figura emocionalmente neutra. Tampoco es una figura meramente normativa. Es alguien que ha aprendido a relacionarse con la realidad humana sin simplificarla. Que sabe que el otro duele, miente, teme, ama, se engaña, se hiere y hiere desde una complejidad que hay que ver. Pero también sabe que ver no basta. Y sabe, además, que actuar bien exige pasar por esa complejidad sin usarla ni como excusa ni como arma. Ésta es la figura moral adulta: ni ciega a la herida ni esclava de ella.

Podría formularse así el núcleo de esta madurez: **sensibilidad sin sentimentalismo, firmeza sin dureza**. Esta fórmula, aunque breve, contiene mucho. Sensibilidad sin sentimentalismo significa apertura real a la experiencia del otro, capacidad de dejarse afectar, de comprender, de ser corregido por la alteridad, pero sin convertir esa afectación en soberanía. Firmeza sin dureza significa capacidad de sostener verdad, límite, justicia y decisión sin despersonalizar al otro ni hacer de la claridad una coartada para la crueldad. Ambas cosas juntas definen el tono ético de una vida bien formada.

Y quizá aquí se ve mejor que nunca por qué la empatía, bien entendida, no debe ser ni despreciada ni absolutizada. Despreciarla nos empuja hacia la dureza. Absolutizarla nos empuja hacia el sentimentalismo. Integrarla nos conduce a la madurez. Ése es su lugar exacto. No la totalidad del bien, pero sí uno de los grandes caminos para no perder al otro mientras se busca el bien. Y esa tarea, en la condición humana real, ya es inmensa.

10.11. Ni centro absoluto ni adorno moral

El error más persistente en torno a la empatía consiste en oscilar entre dos caricaturas: o convertirla en el centro absoluto de la vida moral, o rebajarla a un adorno afectivo prescindible. La primera caricatura la idolatra. La segunda la desprecia. La primera le pide demasiado. La segunda demasiado poco. Y ambas, por caminos opuestos, la falsifican. Pensar su lugar exacto exige rechazar estas dos reducciones a la vez.

Convertir la empatía en centro absoluto significa tratarla como si bastara para resolver el problema entero del bien. En esa visión, cuanto más profundamente se comprende al otro, más cerca se estaría ya de la respuesta moral correcta. La dificultad de la vida ética parecería reducirse, en el fondo, a una insuficiencia de sensibilidad, de escucha o de acceso al mundo vivido ajeno. Si lográramos ver mejor, sentir mejor y entrar más completamente en la experiencia del otro, el bien aparecería casi por sí mismo. Esta idea es tentadora porque contiene una parte de verdad: la falta de comprensión daña de manera inmensa la vida moral. Pero se vuelve falsa cuando toma esa parte por el todo.

Rebajar la empatía a adorno moral significa lo contrario. Significa pensar que, una vez que se tienen principios, normas, criterios de verdad y sentido del deber, la atención al mundo vivido del otro sería

apenas una cuestión de estilo, de delicadeza opcional o de calidad secundaria en la comunicación. Lo esencial estaría ya asegurado por la rectitud del contenido. La empatía añadiría quizá humanidad, calor, flexibilidad o tacto, pero no tocaría el corazón de la moral. También esta idea contiene una pequeña verdad: los principios no deben depender por entero del estado emocional de quien los aplica. Pero vuelve a errar cuando trata la comprensión del otro como si fuera sólo un refinamiento accidental. No lo es. Sin ella, incluso los mejores principios pueden ejercerse sobre seres humanos demasiado mal vistos.

La empatía, entonces, no es ni centro absoluto ni simple ornamento. Es una **mediación constitutiva**. Esta expresión debe entenderse con rigor. Una mediación constitutiva es algo sin lo cual el conjunto se desfigura, aunque no agote por sí mismo el sentido de ese conjunto. La empatía cumple exactamente esa función. No define ella sola el bien, pero sin ella la relación con el bien se vuelve fácilmente abstracta, orgullosa o violenta. No establece por sí sola qué debe hacerse, pero sin ella lo que se hace corre el riesgo de recaer sobre el otro como si no fuera un sujeto de experiencia. No manda soberanamente, pero tampoco puede ser omitida sin que el orden entero empiece a corromperse.

Esta posición intermedia, lejos de ser débil, es precisamente la señal de su rango real. En la vida humana madura, las facultades decisivas suelen ocupar este tipo de lugar: no son totalidades autosuficientes, pero tampoco accesorios intercambiables. El lenguaje es así respecto del pensamiento. El cuerpo respecto de la vida interior. La memoria respecto de la identidad. Y la empatía respecto de la moral. No basta, pero sin ella falta algo esencial. No reina sola, pero el reino se deshumaniza cuando se la expulsa.

Pensar bien su valor exige abandonar la fascinación por los absolutos simples.

De hecho, la tentación de absolutizarla nace muchas veces del fracaso de otras facultades. Cuando el juicio ha sido cruel, la empatía parece una salvación total. Cuando la justicia se ha vuelto burocrática, la comprensión de la experiencia ajena parece el único antídoto digno. Cuando el amor ha sido posesivo, la atención a la perspectiva del otro parece la forma más alta de respeto. Todo esto explica su prestigio contemporáneo. Pero precisamente por eso hace falta más rigor. Que una facultad corrija poderosamente ciertos males no significa que pueda ocupar el lugar de todas las demás. El antídoto contra una deformación no siempre es, por sí mismo, la forma completa de la salud.

La reducción opuesta, en cambio, suele nacer de la experiencia de sus excesos. Se observa con razón que la empatía puede ser parcial, manipulable, selectiva, sentimental, invasiva o incapaz de sostener límites. Y entonces se concluye que sería mejor fundar la moral únicamente en principios más estables, más impersonales y menos expuestos al vaivén afectivo. Pero esta conclusión también es pobre. Porque se olvida de que esos principios, sin mediación empática suficiente, terminan aplicándose sobre sujetos cada vez más abstractos. El problema no es que la empatía sea frágil. Lo son también el juicio, el amor, la prudencia y la justicia cuando se los aísla o se los deja sin corrección. La fragilidad no es argumento para el descarte, sino para la integración inteligente.

Por eso la fórmula más justa no es “la empatía lo es todo” ni “la empatía es secundaria”, sino ésta: **la empatía decide el tono humano con que la moral se encuentra con la realidad del otro**. Esta fórmula no le atribuye soberanía sobre el contenido último del

bien. Pero le reconoce un poder inmenso sobre el modo en que ese bien comparece en la vida concreta. El bien puede ser buscado sin empatía; pero entonces tiende a degradarse en abstracción o en violencia limpia. La empatía no crea la verdad moral; la vuelve menos bárbara en su acceso. Y esto no es un detalle estilístico. Es una diferencia de fondo.

Hay una imagen especialmente útil para pensar esta posición. La empatía no es la cumbre de la montaña moral, pero sí el terreno sin el cual la subida se vuelve intransitable o mortalmente falsa. Quien la absolutiza la confunde con la cima. Quien la desprecia finge que se puede ascender sin suelo. Ambas posiciones son irreales. La vida moral necesita terreno, orientación, fuerza, visión y destino. La empatía forma parte del terreno. No basta para llegar arriba. Pero sin ella muchas ascensiones serán pura ilusión geométrica dibujada sobre el vacío.

Esta imagen ayuda también a entender por qué la empatía tiene una dignidad más alta que la que le concede una ética puramente formal. No es simple suavizante del deber. No es una manera más amable de hacer lo mismo. Cambia realmente la estructura del encuentro moral porque cambia aquello que se hace presente antes de decidir. Allí donde antes había “un caso”, “una infracción”, “una conducta”, “una exigencia” o “una función”, aparece alguien. Y la aparición de ese alguien no resuelve por sí sola el problema del bien, pero altera de raíz el modo en que ese problema debe ser tratado. La empatía no añade adornos a una escena ya completa. Reconfigura la escena.

Al mismo tiempo, esta posición intermedia obliga a una gran disciplina interior. Si la empatía no es centro absoluto, debe aceptar límites. Debe aceptar ser corregida por la verdad, la justicia y la

prudencia. Debe tolerar que a veces la respuesta correcta no coincida con la respuesta más empáticamente cómoda. Debe soportar que comprender mucho no siempre conduzca a ceder, absolver, aliviar o confirmar. Debe renunciar a la tentación de convertirse en criterio soberano de legitimidad. Esta renuncia no la disminuye. La libera de la inflación moral que la vuelve tan fácilmente manipulable.

Y si la empatía no es un simple adorno, quienes valoran la verdad, la justicia o la norma deben aceptar algo simétrico: no tienen derecho a tratarla como lujo opcional. No pueden decir: "lo importante ya lo tengo; lo demás es cuestión de tacto." No. Lo importante no está entero mientras el otro no haya comparecido suficientemente como sujeto de experiencia. El deber moral no recae sobre sombras abstractas. Recae sobre seres humanos vividos desde dentro. Ignorar esta dimensión no es prescindir de un adorno; es mutilar la realidad moral misma. La empatía no embellece simplemente una acción justa. Muchas veces es una de las condiciones para que la justicia no se vuelva falsa respecto de su objeto.

De aquí se sigue una consecuencia muy importante para la autocomprensión de la excelencia moral. Una persona madura no es la que siente más que todas ni la que mantiene mayor pureza normativa sin dejarse tocar por nada. Es la que ha aprendido a no permitir que la empatía usurpe el lugar del juicio ni que el juicio humille lo que la empatía le ha mostrado. La excelencia moral no intensifica unilateralmente una sola facultad. Las ordena. Y dentro de ese orden, la empatía cumple una función decisiva: asegurar que el otro no desaparezca como sujeto cuando la verdad, la justicia y la decisión entran en escena.

Hay una señal muy precisa de que esta integración ha sido lograda. Es la capacidad de tomar decisiones difíciles sin sentir que, para sostenerlas, uno debe primero deshumanizar al otro. El sujeto inmaduro suele necesitar esa deshumanización. O bien exagera la culpa ajena para poder poner un límite sin culpa, o bien exagera la herida ajena para poder ceder sin pensar más. La integración moral elimina esta necesidad. Permite decir: “veo tu dolor, tu miedo, tu estrechez, tu complejidad, y justamente viéndolos puedo sostener esta verdad, este límite o esta respuesta.” Ésa es una de las formas más altas de libertad moral.

En el fondo, esta cuestión toca algo muy profundo en la condición humana. El ser humano desea atajos morales. Quiere una sola clave que le evite la tarea de integrar dimensiones distintas de la realidad. A veces esa clave toma la forma de una regla absoluta. A veces, la forma de una sensibilidad absoluta. Pero la vida humana resiste esos atajos. El bien no se deja reducir ni a la norma sola ni al sentir solo. Exige una inteligencia compuesta. La empatía es parte de esa composición. Su grandeza está justamente en no querer ser más de lo que puede, ni aceptar ser menos de lo que debe.

Por eso la fórmula “ni centro absoluto ni adorno moral” tiene una importancia que va más allá de la empatía. Enseña una manera de pensar las facultades humanas sin idolatrarlas ni despreciarlas. Enseña a buscar el lugar exacto en vez del prestigio abstracto. Y enseña también una forma de sobriedad ética: la verdadera sabiduría moral no nace de exaltar una sola palabra hasta volverla total, sino de ordenar varias realidades verdaderas sin mutilarlas.

La empatía, situada así, aparece con una dignidad más sobria y más fuerte. No necesita prometer la redención moral del mundo para ser indispensable. Le basta con asegurar algo decisivo: que cuando

juzgamos, corregimos, protegemos, amamos, legislamos, perdonamos o ponemos límites, lo hagamos sin haber borrado antes al otro como sujeto de experiencia. Eso es menos que el bien entero. Pero sin eso el bien, incluso cuando acierta, corre el riesgo de volverse inhumano. Y no hay fracaso moral más grave que un bien ejercido de tal modo que ya no sabe a quién toca.

10.12. Ver al otro sin perder el bien

Si hubiera que condensar todo lo ganado en este capítulo en una sola exigencia, podría formularse así: **la vida moral madura consiste en ver al otro sin perder el bien y en buscar el bien sin perder al otro**. Esta frase puede parecer simple, pero contiene una arquitectura entera. Porque los grandes fracasos morales suelen nacer precisamente de romper uno de sus dos polos. Unas veces se quiere tanto el bien —o una cierta idea del bien— que el otro desaparece bajo la norma, la corrección, la decisión o la verdad afirmada. Otras veces se quiere tanto no perder al otro, no herirlo, no contrariarlo, no abandonar su experiencia, que el bien queda difuso, desdibujado o sometido al estado afectivo del momento. La madurez no elige uno de estos polos contra el otro. Aprende a mantenerlos en tensión.

Ver al otro no significa simplemente notarlo, registrarlo o tenerlo en cuenta como dato. Significa dejar comparecer su interioridad como realidad moralmente significativa. Significa comprender que delante de mí no hay sólo una conducta, una demanda, una reacción o una falta, sino alguien para quien algo está ocurriendo desde dentro. Alguien que teme, espera, interpreta, sufre, se defiende, se engaña, se hiere o ama desde un mundo vivido concreto. La empatía es la facultad que hace posible esa comparecencia. Sin ella, el bien puede ser pensado, sí, pero empieza ya a ejercerse sobre una

realidad empobrecida. Lo que se pierde entonces no es un matiz ornamental. Se pierde el espesor humano de aquello mismo sobre lo que se pretende actuar con justicia.

Pero ver al otro no basta, porque el otro no sólo es alguien que vive, sino también alguien que vive en relación con la verdad, con la responsabilidad, con los demás y con un bien que no coincide siempre con el primer sentido que su experiencia le ofrece. Por eso la vida moral no puede detenerse en la contemplación comprensiva. Tiene que pasar también por una forma de discernimiento que se pregunte qué está ocurriendo realmente, qué hay de verdadero y qué de distorsionado en una vivencia, qué se debe a la herida y qué al hecho, qué exige la justicia y qué piden otros bienes implicados. Perder el bien en nombre del otro sería tan grave como perder al otro en nombre del bien. Y esta simetría debe quedar firmemente establecida.

En el fondo, toda la dificultad moral se concentra aquí: no basta con saber que el otro siente, ni basta con saber qué debería hacerse en abstracto. Hay que aprender a pensar el bien en presencia de una alteridad concreta y a pensar la alteridad concreta a la luz de un bien que no se deja disolver en su sola experiencia. Ésta es la tarea. Y justamente porque es la tarea, ninguna facultad sola basta. La empatía no basta porque no ordena por sí sola. La justicia no basta porque puede abstraer. La verdad no basta porque puede herir como si el otro no existiera. El amor no basta si no se deja instruir por la realidad del otro. La compasión no basta si pierde medida. La prudencia no basta si no tiene qué ordenar. La vida moral es una composición, no una emoción soberana ni una regla pura.

Quizá pueda verse mejor con una imagen más concreta. Imaginemos que la vida moral fuese semejante al trabajo de alguien

que debe atravesar un terreno difícil llevando una carga valiosa. Si sólo mira el terreno y no la carga, la pierde. Si sólo mira la carga y no el terreno, cae. La empatía sería la facultad que obliga a mirar el terreno real: las pendientes, las grietas, el barro, el peso desigual de cada paso, el modo concreto en que ese camino se da a quien lo atraviesa. El bien sería aquello que no puede ser abandonado en nombre de la dificultad del suelo. La madurez consistiría en avanzar sin sacrificar ninguno de los dos. No es una tarea ligera. Pero no existe otra forma seria de caminar.

Esto permite comprender algo muy importante: la empatía no vuelve más fácil la moral. La vuelve más verdadera y, por eso mismo, muchas veces más difícil. Quien no comprende al otro puede juzgar con rapidez y decidir con cierta limpieza interior. No ve tanto, y por eso le pesa menos. Quien sí comprende de verdad ya no goza de esa comodidad. Sabe más del miedo, de la estrechez, de la historia, de la herida y de la miseria ajena. Y justamente por eso le resulta más costoso sostener ciertos límites o ciertas verdades. La empatía no suprime ese costo. Lo introduce. Pero el costo no es un defecto del pensamiento moral; es una señal de que el otro ha comparecido de verdad. Una moral demasiado fácil suele estar basada en un conocimiento demasiado pobre del ser humano.

La pregunta, entonces, ya no puede ser si la empatía vuelve agradable o no la vida moral. La pregunta correcta es otra: si estamos dispuestos a cargar con la dificultad de una verdad que no quiera ser bárbara. Y para eso hace falta una cierta forma de carácter. No basta tener intuiciones finas o afectos nobles. Hace falta soportar la incomodidad de ver mucho y, aun así, no abdicar. Soportar la tentación de simplificar y, aun así, decidir. Soportar la resistencia del otro a la verdad y, aun así, no usar la verdad como

arma. Soportar la herida del otro y, aun así, no dejar que la herida sea la medida entera de lo debido. Esta capacidad de soportar sin endurecerse es una de las cimas de la formación moral.

Aquí aparece un punto especialmente decisivo. Ver al otro sin perder el bien no significa verlo de una vez y para siempre. La comprensión del otro es siempre parcial, progresiva, corregible. Por eso la vida moral madura incluye una disposición constante a revisar. No porque todo quede indeterminado, sino porque el otro nunca queda completamente agotado por la primera lectura. Esta revisabilidad es una forma de humildad. Y la humildad es indispensable allí donde la empatía tiene un papel tan alto. Porque sin humildad, la comprensión se vuelve poder. El sujeto cree haber llegado al fondo del otro y entonces sus juicios, sus límites, sus ayudas o sus perdones empiezan a hablar como si ya poseyera la interioridad ajena. La empatía pierde así su verdad y se convierte en dominio sutil.

Pero tampoco la humildad debe confundirse con indecisión perpetua. Revisar no significa no decidir nunca. Significa decidir sabiendo que se ha visto algo real y que, sin embargo, no se lo ha visto todo. Significa actuar desde una comprensión suficiente, no desde una transparencia imposible. Significa poder decir: “a la luz de lo que he comprendido y discernido, creo que esto es lo justo” sin añadir la soberbia de quien cree haber agotado el caso. La humildad madura no paraliza. Desinfla la vanidad del juicio sin vaciar su responsabilidad.

Esta combinación entre humildad y decisión es una de las pruebas más claras de que la empatía está ocupando su lugar correcto. Cuando la empatía está mal ordenada, suele producir uno de dos efectos. O bien vuelve al sujeto incapaz de límite, porque toda

cercanía con el sufrimiento ajeno parece exigir cesión. O bien le da una falsa superioridad comprensiva, desde la cual cree saber demasiado del otro y se autoriza a decidir en su nombre. En ambos casos, la alteridad se pierde: en el primer caso por sometimiento afectivo, en el segundo por apropiación. La empatía bien integrada evita ambos extremos. Comprende sin capitular y sin usurpar.

También se ilumina mejor la relación entre empatía y autoridad. Toda autoridad —educativa, política, parental, profesional, espiritual o intelectual— corre el riesgo de endurecerse cuando no se deja afectar por la experiencia de quienes recaen bajo su influjo. Pero una autoridad gobernada sólo por la empatía inmediata deja de cumplir su función. La autoridad buena no es la que siente menos, ni la que siente más. Es la que ha aprendido a dejar que la experiencia ajena entre en su juicio sin deshacer la responsabilidad que le es propia. Ésta es una lección importantísima. Porque gran parte de la crisis contemporánea de la autoridad proviene de no saber integrar bien estas dos exigencias: o se refugia en la dureza sin escucha, o se disuelve en una sensibilidad que no sabe sostener el deber.

Esto vale también para la relación con uno mismo. Ver al otro sin perder el bien tiene su paralelo interior: comprenderse a sí mismo sin perder la exigencia de la verdad. Muchas personas son durísimas consigo mismas porque carecen de empatía hacia su propia fragilidad. Otras se justifican constantemente porque convierten toda comprensión de sí en exención. La arquitectura moral trabajada en este capítulo debería poder aplicarse también ahí. Comprender la propia herida no basta. Pero tampoco basta juzgarse desde fuera como si uno fuera pura voluntad o pura norma. La vida interior madura aprende a verse con verdad y con compasión disciplinada,

sin sentimentalismo ni crueldad. Esto no es un tema lateral. Quien no puede hacer este trabajo consigo difícilmente lo hará con otros.

Hay además una implicación muy importante para la cultura del debate y del conflicto. En un mundo donde las posiciones están cada vez más polarizadas, suele suponerse que sólo hay dos opciones: o comprensión que desactiva toda firmeza, o firmeza que renuncia a comprender. Pero esta oposición es falsa y empobrecedora. Lo que realmente hace falta es otra cosa: una capacidad de entrar, aunque sea parcialmente, en la lógica interior del otro sin que esa entrada obligue a asumir su verdad como propia. Éste es uno de los frutos más nobles de la empatía bien ordenada. Permite una crítica no bárbara. Permite decir no sin reducir al otro a caricatura. Permite sostener convicciones sin necesidad de imaginar que quien se opone a ellas es sólo estupidez, maldad o vacío.

En este sentido, la empatía no sólo humaniza el trato privado; humaniza también el espacio común. Pero lo hace bien sólo cuando no pretende reemplazar la deliberación sobre la verdad y la justicia. Una política puramente empática sería ingobernable y fácilmente parcial. Una política sin empatía sería fácilmente despiadada. También aquí la clave no está en elegir entre ambas, sino en ordenarlas. Ver al otro sin perder el bien significa, políticamente, escuchar los mundos vividos sin convertir cada experiencia en criterio soberano y sostener criterios comunes sin aplastar a quienes los reciben desde historias y vulnerabilidades desiguales.

Quizá el fruto más alto de todo esto sea una cierta forma de paz interior frente a la complejidad moral. El sujeto inmaduro necesita simplificar para sentirse seguro. O se vuelve duro o se vuelve blando. La complejidad le parece una amenaza. En cambio, quien ha ido

aprendiendo esta arquitectura puede habitar mejor la tensión. Sabe que muchas situaciones humanas no se dejan resolver con limpieza emocional. Sabe que a veces habrá que herir sin humillar, frustrar sin abandonar, corregir sin despreciar, perdonar sin olvidar, proteger sin sobreproteger, escuchar sin ceder y decidir sin sentirse puro. Esta conciencia no lo vuelve cínico. Lo vuelve sobrio. Y la sobriedad es una gran forma de sabiduría.

Podría decirse, entonces, que la fórmula "ver al otro sin perder el bien" no es sólo una síntesis conceptual, sino una regla de formación del alma. Enseña a resistir el falso heroísmo de la dureza y la falsa nobleza del sentimentalismo. Enseña a no enamorarse de una sola facultad. Enseña a aceptar que la vida moral exige más paciencia, más trabajo y más complejidad de la que suelen prometer las palabras prestigiosas. Y enseña también a honrar la empatía exactamente por lo que es: una de las mediaciones más altas y más frágiles para que el bien no se convierta en violencia limpia.

La gran lección de esta parte podría expresarse, finalmente, así: **la empatía alcanza su verdad más alta no cuando gobierna sola, sino cuando ayuda a que la verdad, la justicia, el amor y la prudencia no olviden jamás que se ejercen sobre alguien**. Allí está su dignidad. No en absolver, no en reemplazar, no en reinar, sino en impedir el olvido de la interioridad ajena en el corazón mismo de la vida moral. Y esa tarea, cuando se comprende con toda seriedad, resulta ya lo bastante inmensa como para no necesitar ninguna inflación sentimental.

CAPÍTULO 11.

LAS DEFORMACIONES DE LA EMPATÍA

11.1. Cuando la empatía se vuelve sentimentalismo

Una vez fijado el lugar exacto de la empatía dentro de la vida moral, resulta necesario examinar sus deformaciones. Porque una facultad no se conoce del todo mientras no se comprende también cómo puede torcerse. Y en el caso de la empatía este examen es especialmente importante. Pocas facultades humanas han sido tan elogiadas y, al mismo tiempo, tan frecuentemente mal ejercidas. Precisamente por su prestigio moral, la empatía se presta con facilidad a la confusión, a la inflación y al uso impropio. Una de sus deformaciones más frecuentes y más influyentes es el **sentimentalismo**.

Conviene empezar con una precisión decisiva: el sentimentalismo no es simplemente tener sentimientos. No es sensibilidad, ni conmoción, ni capacidad de ser tocado por la experiencia ajena. Todo eso puede ser noble y necesario. El sentimentalismo es otra cosa: es una relación desordenada con lo afectivo en la que la emoción, la impresión o la herida visible adquieren una autoridad desmedida sobre la interpretación de la realidad y sobre la decisión moral. Allí donde la experiencia más intensa empieza a funcionar como criterio soberano, la empatía ha comenzado ya a deformarse.

Esta deformación resulta especialmente seductora porque conserva una apariencia de humanidad superior. El sentimentalismo parece más cálido que la sobriedad, más compasivo que el discernimiento, más cercano que el juicio, más noble que la distancia reflexiva. Se presenta como prueba de que uno “sí siente”, “sí entiende”, “sí se deja tocar”. Y, sin embargo, su

problema no es la falta de humanidad, sino su desorden. El sentimentalismo no fracasa por no ser afectivo, sino por no saber ordenar lo afectivo dentro de una relación más amplia con la verdad, con la justicia y con el bien.

La empatía se vuelve sentimentalismo cuando deja de ser una vía de acceso a la experiencia ajena y se transforma en sumisión a la impresión que esa experiencia produce. Éste es el punto exacto. Ya no importa tanto comprender con precisión cómo vive el otro, qué parte de su vivencia ilumina la situación y qué parte la distorsiona, ni cómo debería responderse justamente a ello. Lo decisivo pasa a ser el impacto afectivo del momento. Quien más conmueve, quien más hiere nuestra sensibilidad, quien más vivamente se presenta como sufriente, obtiene una especie de privilegio moral casi automático. La respuesta se desplaza desde la verdad del caso hacia la fuerza de la impresión.

Hay una lógica interna en esta deformación. El sujeto sentimental no soporta bien la tensión entre cercanía y discernimiento. Una vez que el sufrimiento del otro ha comparecido con fuerza, siente casi obsceno introducir distinciones, matices o reservas. La emoción parece reclamar obediencia. Discernir se vive como enfriamiento. Preguntar por la verdad sobre la experiencia parece ya una forma de traición a la verdad de la experiencia. En ese punto, la empatía abandona su lugar propio. Ya no ayuda a pensar mejor lo humano; se convierte en autoridad afectiva que dificulta el pensamiento.

Una de las señales más claras del sentimentalismo es la dificultad para sostener que una experiencia puede ser profundamente real y, sin embargo, no decidir por sí sola la respuesta correcta. El sujeto sentimental oye “esto me duele” y tiende a concluir, casi sin mediaciones, “entonces debo ceder”, “entonces la interpretación

del otro debe ser correcta", "entonces introducir resistencia sería falta de humanidad". Ya no distingue suficientemente entre dolor real, lectura posible y exigencia moral. La intensidad de la herida comienza a reemplazar el trabajo del juicio.

Esta sustitución puede adoptar muchas formas. A veces aparece como **validación indiscriminada**: toda emoción intensa es tratada como si contuviera su propia legitimidad plena. A veces como **parálisis del juicio**: el sujeto comprende tanto al otro que ya no se siente autorizado a afirmar nada firme. A veces como **preferencia sistemática por la fragilidad visible**: quien aparece más quebrado ocupa automáticamente el centro del bien moral. A veces como **culpa frente al límite**: toda frustración causada al otro se vive como agresión, incluso cuando ese límite era justo o necesario. En todos estos casos, la estructura profunda es la misma: la experiencia afectivamente cargada se vuelve criterio rector.

El sentimentalismo suele justificarse a sí mismo en nombre de una supuesta delicadeza superior. Considera que la claridad del juicio es sospechosa, que la firmeza moral es una forma encubierta de insensibilidad y que el bien más alto consistiría en no aumentar jamás el malestar del otro. Pero esta idea es moralmente pobre. Porque hay malestares que acompañan la verdad, frustraciones que acompañan el crecimiento, límites que duelen y, sin embargo, protegen, decisiones que hieren en el instante y, sin embargo, sirven a un bien más alto. El sentimentalismo no sabe habitar esta complejidad. Confunde humanidad con evitación inmediata del dolor.

Por eso tiende a rechazar no sólo la dureza, lo cual sería justo, sino también la **negatividad necesaria** de la vida moral. Le cuesta aceptar que a veces habrá que contrariar, corregir, exigir, dejar que

alguien soporte las consecuencias de un acto, no conceder lo que pide o no confirmar la lectura que hace de su sufrimiento. Todo esto le parece casi incompatible con la empatía. Y justamente ahí se revela su error. Porque una empatía bien ordenada puede entender profundamente el dolor que causará una corrección y, aun así, sostenerla. El sentimentalismo, en cambio, queda gobernado por la aversión a ser causa de cualquier experiencia penosa.

Esto lo vuelve especialmente débil en el terreno educativo. Un educador sentimental puede comprender muy bien la vergüenza, la frustración o el miedo del alumno, pero tendrá enormes dificultades para mantener la exigencia, para sostener una corrección o para tolerar el malestar que acompaña todo proceso serio de formación. Quiere proteger tanto la sensibilidad inmediata del otro que termina debilitando las condiciones mismas de su crecimiento. Algo parecido ocurre en la crianza: el sufrimiento visible del hijo se convierte en criterio casi absoluto, y entonces el límite justo empieza a vivirse como culpa intolerable. La empatía, desordenada, deja de ayudar a educar y empieza a obstaculizar la formación del carácter.

También en la amistad y en el amor el sentimentalismo produce daños específicos. Una persona sentimental puede volverse muy comprensiva, muy disponible, muy sensible a la herida del otro, pero precisamente por eso incapaz de introducir verdades difíciles o de resistir ciertas demandas. Se convierte en espejo protector más que en interlocutor real. Acompaña, sí, pero no orienta. Escucha, pero no discierne. Y con el tiempo esa aparente bondad puede convertirse en una forma de abandono elegante. Porque dejar al otro preso de una interpretación falsa o de un patrón dañino por miedo a herirlo no es una forma alta de cuidado. Es una incapacidad de sostener el bien cuando el bien duele.

Hay además una relación íntima entre sentimentalismo y **espectáculo moral**. La cultura contemporánea premia mucho la visibilidad de la emoción correcta. Quien muestra conmoción rápida, palabras cálidas, validación inmediata y gran afectación visible parece moralmente superior a quien responde con más sobriedad, aunque esta sobriedad esté mejor ordenada. El sentimentalismo prospera en este clima porque confunde la intensidad exhibida con la profundidad real. El sujeto aprende a sentirse bueno a través de la conmoción. Y cuando la conmoción se vuelve parte de la identidad moral, resulta todavía más difícil someterla a juicio. Ya no está en juego sólo qué conviene hacer, sino la autoimagen del sujeto como persona intensamente humana.

Esto explica por qué el sentimentalismo suele ser tan resistente a la crítica. Si se le dice que está confundiendo comprensión con rendición afectiva, lo vive como acusación de frialdad o de insensibilidad. No logra ver que lo que se critica no es su capacidad de ser tocado, sino la forma en que ha otorgado a esa afectación un estatuto soberano. Y, sin embargo, el punto debe sostenerse con firmeza: **ser muy afectado no equivale a responder mejor**. A veces incluso ocurre lo contrario. La emoción mal ordenada puede estrechar el campo moral, hacernos perder de vista a otros implicados, impedirnos sostener un límite necesario o convertirnos en instrumentos del dolor más visible.

También hay un sentimentalismo de signo aparentemente más reflexivo. No se manifiesta siempre en gestos emocionales intensos, sino en una ideología moral según la cual la función suprema del vínculo sería siempre “no dañar”, entendido de manera casi puramente afectiva. En esta visión, toda respuesta que aumente el malestar subjetivo del otro queda bajo sospecha, con

independencia de si es justa, necesaria o benéfica en un sentido más amplio. El daño se entiende de manera tan inmediata y psicologizada que ya no se distingue entre herida injusta y dolor que acompaña una exigencia verdadera. Este sentimentalismo es menos visible, pero igual de influyente. Y vuelve a la empatía una facultad casi imposible de integrar con la educación, con la justicia o con el amor fuerte.

Frente a todo esto, conviene recordar una verdad central: la empatía no está para protegernos del sufrimiento moralmente significativo, sino para impedir que lo produzcamos o lo tratemos de manera bárbara. Esta distinción es esencial. Hay sufrimientos que nacen del mal y deben ser combatidos. Pero hay otros que forman parte del crecimiento, del duelo, de la responsabilidad, de la aceptación de un límite o de la confrontación con la verdad. El sentimentalismo no quiere distinguirlos. Quisiera reducir al máximo la experiencia dolorosa, como si el bien consistiera en la amortiguación continua de toda herida subjetiva. La moral adulta sabe algo más difícil: que el verdadero cuidado no coincide siempre con el alivio inmediato.

Hay además una fragilidad intelectual en el sentimentalismo. Como depende mucho de la intensidad afectiva, es extremadamente susceptible a la forma en que las cosas se presentan. Una narración bien hecha, una expresión emocional potente, un rostro visible de sufrimiento o una historia narrativamente persuasiva pueden captar de manera desproporcionada la atención moral. En cambio, sufrimientos más silenciosos, personas menos expresivas, víctimas antipáticas o daños estructurales menos visibles quedan fácilmente relegados. La empatía ya es de por sí selectiva; el sentimentalismo intensifica esa selectividad hasta convertirla en criterio. Por eso puede ser, paradójicamente, muy sensible y muy injusto a la vez.

La salida no está, desde luego, en endurecerse para evitar estos riesgos. El antídoto del sentimentalismo no es la sequedad, sino la **forma**. La forma consiste en dejar que la emoción informe sin gobernar, que la comprensión abra sin clausurar el discernimiento, que la herida del otro entre en mí sin convertirse en mandato absoluto. Una empatía con forma sigue siendo profundamente humana. Pero no necesita obedecer cada impresión. Puede escuchar mucho y, al mismo tiempo, preguntar qué es verdadero, qué es justo, qué otros están implicados, qué consecuencias tendrá una respuesta y qué bien debe priorizarse. Allí la sensibilidad ya no es una soberana caprichosa, sino una gran colaboradora del juicio.

Podría decirse, entonces, que el sentimentalismo es la **corrupción afectiva de la empatía**. Toma un elemento verdadero —la necesidad de dejarse tocar por el otro— y lo exagera hasta volverlo incapaz de convivir con el juicio, con el límite y con la medida. No suprime la empatía. La desordena. Y precisamente por eso resulta más peligroso que la simple ausencia de sensibilidad. Porque conserva apariencia de humanidad. Su error no es visible desde fuera con tanta facilidad. Parece bien. Pero responde mal.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía se vuelve sentimentalismo cuando la experiencia afectivamente más intensa deja de ser una vía de acceso a la alteridad y pasa a funcionar como criterio soberano de interpretación y decisión, debilitando la verdad, el juicio y el límite en nombre de la cercanía humana.

Éste es uno de los peligros más importantes que habrá que seguir explorando, porque no es el único. Junto al sentimentalismo aparece también otra deformación de signo distinto: la instrumentalización de la empatía, cuando comprender al otro deja de servir al bien y

empieza a servir al poder. Ahí la facultad no se ablanda; se pervierte de otra manera.

11.2. Cuando la empatía se vuelve instrumento de poder

Existe una deformación de la empatía menos visible que el sentimentalismo y, en algunos contextos, todavía más peligrosa: aquella en la que la comprensión de la experiencia ajena deja de servir al reconocimiento del otro y empieza a servir a su manejo. Aquí la empatía no se ablanda; se instrumentaliza. No pierde necesariamente finura perceptiva. Puede seguir siendo aguda, penetrante, precisa. Lo que pierde es orientación moral. Ya no quiere comprender para responder mejor al bien del otro, sino comprender para influir, anticipar, conducir, neutralizar, someter o extraer ventaja. La empatía se convierte entonces en un instrumento de poder.

Esta posibilidad debe ser tomada con máxima seriedad, porque corrige una ilusión muy extendida: la de que comprender profundamente al otro sería ya, por sí mismo, una garantía de bondad. No lo es. Puede serlo cuando la comprensión está integrada en respeto, justicia, amor o responsabilidad. Pero separada de esas realidades, la empatía puede convertirse en una forma refinada de superioridad operativa. Saber qué hiere al otro, qué teme, qué espera, qué necesita oír, qué tipo de reconocimiento lo desarma, qué palabra activa su culpa, qué gesto despierta su inseguridad o qué vacío no soporta, confiere un poder inmenso sobre él. Ese poder puede ser usado para cuidar. También puede ser usado para dominar.

Aquí aparece una verdad incómoda: la empatía no sólo humaniza la relación; también la vuelve más vulnerable a la manipulación cuando quien comprende carece de rectitud moral. De hecho,

muchas formas de dominación sofisticada no operan a pesar de una gran comprensión del otro, sino gracias a ella. El manipulador fino no es necesariamente quien ignora la interioridad ajena, sino quien la conoce bien y la convierte en mapa táctico. La empatía, en este caso, ya no está al servicio del reconocimiento. Está al servicio de la eficacia.

La instrumentalización comienza cuando el otro deja de ser fin y vuelve a ser medio, pero ahora medio interiormente leído. Ya no se lo trata como cosa bruta, sino como subjetividad explotable. Esto es más sutil y, precisamente por eso, más difícil de detectar. Una violencia torpe puede ser reconocida con relativa facilidad. En cambio, la violencia que pasa por la comprensión del otro suele aparecer envuelta en cercanía, sensibilidad, capacidad de escucha, tacto e incluso aparente delicadeza. No empuja de frente. Ajusta. Dosifica. Insinúa. Concede. Retira. Sabe cuándo hablar, cuándo callar, cuándo validar, cuándo herir un poco, cuándo reforzar dependencia, cuándo ofrecer reparación. Todo ello no desde el bien del otro, sino desde el cálculo sobre su mundo vivido.

Una de las formas más comunes de esta deformación es la **empatía seductora**. El sujeto comprende con gran precisión aquello que el otro necesita sentir para abrirse, confiar o entregarse: reconocimiento, admiración, alivio, escucha, sensación de ser por fin entendido, validación de su herida, confirmación de su singularidad. Y ofrece todo eso con notable destreza. La experiencia del otro comparece, sí, pero no para ser acogida con verdad, sino para ser usada como vía de acceso a una posición de influencia. La seducción aquí no se limita al plano erótico; puede darse en amistades, liderazgos, vínculos terapéuticos, relaciones familiares o

políticas. El mecanismo es el mismo: comprender al otro lo suficiente como para hacerse necesario para él.

Existe también una **empatía dominadora**. No busca tanto atraer como ocupar. Quien la ejerce comprende las inseguridades del otro y usa ese conocimiento para encogerlo, para volverlo más dependiente de su aprobación, para desautorizarlo sin romperlo del todo o para mantenerlo en una posición interior de inferioridad. Puede dosificar críticas muy precisas, introducir dudas en puntos vulnerables, activar vergüenzas antiguas, leer con exactitud cuándo el otro está demasiado herido para responder o cuándo necesita una mínima migaja de reconocimiento para seguir disponible. Esta forma de poder es especialmente destructiva porque no trabaja sólo sobre la conducta, sino sobre la arquitectura íntima de la autoestima y de la libertad del otro.

Hay además una **empatía paternalista**, más socialmente aceptable y, a menudo, moralmente mejor disimulada. Aquí el sujeto comprende bien la fragilidad ajena, pero usa esa comprensión para ocupar estructuralmente el lugar del que sabe, decide, administra y traduce. No necesariamente desea hacer daño. Puede incluso querer ayudar. Pero la ayuda se convierte en régimen de autoridad sobre la interioridad ajena. “Yo sé lo que te pasa”, “yo entiendo mejor que tú mismo tu herida”, “yo sé lo que necesitas aunque aún no lo veas.” La diferencia entre acompañar y ocupar desaparece poco a poco. El otro es escuchado, sí, pero para ser gobernado desde dentro de su propia experiencia, no para ser confirmado en su condición de sujeto.

Esta deformación es particularmente peligrosa porque puede confundirse con cuidado alto. Y, sin embargo, introduce una lógica de poder profunda. El que comprende se atribuye un derecho sobre

el comprendido. No siempre porque desee dominarlo en sentido burdo, sino porque la comprensión le parece ya una forma suficiente de legitimación. Como ha entrado en la complejidad del otro, se siente autorizado a orientarlo, interpretarlo, protegerlo o incluso limitarlo sin suficiente contraste con su libertad. La empatía pierde así uno de sus rasgos más nobles: la conciencia de que el otro sigue siendo otro incluso cuando algo importante de su mundo se ha vuelto visible.

También hay una **empatía estratégica** en contextos institucionales o políticos. Se estudia la experiencia de ciertos grupos, se comprende qué narrativas los movilizan, qué heridas los vuelven más sensibles, qué lenguaje los desarma o los convoca, qué símbolos tocan su memoria, qué imágenes despiertan adhesión o indignación. Todo esto puede usarse para proteger mejor, representar mejor o gobernar con mayor justicia. Pero también puede usarse para administrar voluntades, para producir adhesión sin verdad, para manipular afectos colectivos o para convertir la comprensión del dolor social en tecnología de legitimación. En este punto la empatía se vuelve herramienta de ingeniería moral o política. No se niega la experiencia del otro; se la explota.

La clave de todas estas deformaciones está en una inversión de la finalidad. La empatía es una facultad de acceso. Su sentido moral más alto consiste en dejar comparecer al otro como sujeto y en humanizar la respuesta a su presencia. Cuando esa presencia se convierte en información utilizable para obtener obediencia, adhesión, dependencia, gratitud o control, la facultad ha cambiado de régimen. Ya no sirve al reconocimiento. Sirve al poder.

Esto exige una distinción muy importante: **comprender al otro no otorga derecho sobre él**. Parece obvio, pero en la práctica se olvida

con enorme facilidad. Quien ha escuchado mucho, acompañado mucho o penetrado hondamente en el mundo del otro puede empezar a sentir, de manera más o menos consciente, que ha adquirido una especie de posición privilegiada respecto de su vida interior. Como si la comprensión profunda generara una jurisdicción moral sobre el otro. Ésta es una de las tentaciones más peligrosas del vínculo asimétrico. Y sólo puede ser frenada por el respeto y por una concepción muy sobria de la propia función: comprender mejor no me hace dueño de lo comprendido.

Hay, además, una deformación más íntima y difícil de detectar: la **autocomplacencia empática**. El sujeto no usa necesariamente su comprensión del otro para dominarlo de manera visible, pero sí para sostener una imagen elevada de sí mismo. Necesita verse como alguien excepcionalmente profundo, sensible, capaz de "leer" a los demás. El otro se convierte entonces en escenario donde confirmar esa identidad moral o psicológica. Incluso cuando hay ayuda real, ésta queda contaminada por una necesidad de superioridad. La comprensión deja de ser un acto de salida de sí y se vuelve una forma refinada de narcisismo. El otro importa, sí, pero también importa mucho lo que yo siento acerca de mi capacidad de entenderlo.

Esta autocomplacencia puede parecer menor frente a formas más claras de manipulación, pero no debe ser subestimada. Produce un tipo de relación donde el otro queda constantemente interpretado, leído, comprendido, quizá incluso con bastante verdad, pero dentro de una escena en la que siempre confirma la profundidad del que comprende. El sujeto no necesariamente humilla ni domina de forma abierta. Pero no deja que el otro simplemente sea. Lo convierte en material continuo para el ejercicio de su propia fineza

relacional. Aquí la empatía ha dejado de ser hospitalidad y se ha vuelto exhibición interior de una supuesta capacidad superior.

Todo esto muestra por qué la empatía necesita límites muy firmes. No basta con cultivarla. Hay que integrarla en una ética del respeto, de la verdad y de la renuncia al dominio. Comprender al otro debe volverme más responsable frente a su libertad, no más autorizado a invadirla. Debe hacerme más cuidadoso, no más soberano. Debe incrementar mi conciencia de límite, no mi sensación de derecho. Allí donde ocurre lo contrario, la empatía está ya torcida.

Una de las señales más claras de que la empatía está siendo usada como instrumento de poder es la desaparición progresiva de la posibilidad de corrección por parte del otro. Quien realmente comprende con humildad deja espacio a que el otro diga: “no, no es así”, “esto no lo estás entendiendo”, “lo que veo en mí no coincide del todo con tu lectura”, “eso me ayuda, pero esto otro me invade”. En la empatía instrumental, este espacio se estrecha. El que comprende demasiado bien ya no tolera fácilmente ser desmentido. Siente que su acceso lo autoriza. Y el otro empieza a experimentar que la única forma de ser reconocido consiste en aceptar la lectura que se hace de él. La comprensión se convierte entonces en régimen de interpretación impuesto.

Hay aquí una relación profunda con la verdad. La empatía puesta al servicio del bien quiere comprender más para responder mejor. La empatía puesta al servicio del poder quiere comprender más para intervenir con mayor eficacia. El criterio de diferencia no está en la cantidad de acceso, sino en la finalidad. Dos personas pueden percibir con gran fineza la misma herida. Una la usará para no pisar esa zona innecesariamente. La otra la tocará justo lo suficiente para orientar la conducta del otro en la dirección que le conviene.

Fenomenológicamente, ambas parecen “comprender mucho”. Moralmente, habitan mundos opuestos.

Esto resulta particularmente grave en vínculos donde el otro ya está frágil: procesos de duelo, crisis afectivas, dependencia emocional, adolescencia, relaciones terapéuticas, jerarquías espirituales, figuras carismáticas, escenarios de liderazgo. En todos estos casos, la comprensión del mundo ajeno produce un campo inmenso de influencia. Cuanto más vulnerable es alguien, más decisivo se vuelve el uso moral que otro haga de su capacidad empática. Por eso las formas altas de acompañamiento requieren no sólo sensibilidad, sino una fuerte disciplina contra la apropiación. El que acompaña debe vigilar especialmente la tentación de hacerse indispensable.

También debe advertirse que esta instrumentalización no siempre es plenamente consciente. Muchas personas no “deciden” usar al otro. Simplemente descubren que comprenderlo les da una ventaja relacional y empiezan a habitar esa ventaja sin someterla a examen moral. Se vuelven necesarios, irremplazables, interpretativamente centrales, emocionalmente privilegiados. Y como todo ello puede ocurrir sin violencia abierta, el vínculo incluso parece bueno desde fuera. Pero interiormente el otro pierde espacio. Ya no puede existir sin pasar por la lectura del que mejor lo “entiende”. La empatía se ha convertido, sin proclamarse como tal, en una forma de colonización.

El antídoto contra esta deformación no es retraer la comprensión, sino purificar su intención y limitar su alcance práctico. Quien comprende debe aprender a no apropiarse, a no hablar demasiado rápido en nombre del otro, a no usar su mundo interior como atajo de eficacia, a no convertir la necesidad ajena en fundamento de la propia centralidad. Debe poder retirarse del lugar del que sabe demasiado. Debe incluso alegrarse de que el otro recupere

autonomía interpretativa, de que ya no necesite ser leído por él, de que pueda corregirlo o prescindir de su mediación. Ésta es una gran prueba moral: saber comprender sin querer reinar.

Podría formularse la diferencia de este modo: la empatía sana **abre espacio**; la empatía deformada por el poder **ocupa espacio**. La primera hace posible que el otro aparezca mejor para sí y para la relación. La segunda hace que aparezca cada vez más a través del que lo comprende. La primera incrementa libertad. La segunda incrementa dependencia, aunque a veces sea una dependencia blanda, agradecida o difícil de nombrar.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía se vuelve instrumento de poder cuando la comprensión de la experiencia ajena deja de ordenarse al reconocimiento y al bien del otro y pasa a ser usada para influir, dirigir, volver dependiente o adquirir una posición de superioridad sobre su mundo interior.

Ésta es una de las deformaciones más serias porque conserva inteligencia, cercanía y apariencia de profundidad. No se detecta por ausencia de comprensión, sino por la finalidad a la que esa comprensión sirve. Por eso exige una vigilancia moral especialmente alta. Allí donde se comprende mucho, la tentación del poder no disminuye: se sofistica. Y sólo una ética del respeto, del límite y de la renuncia a la apropiación puede impedir que la empatía se convierta en una de las formas más refinadas de dominio.

11.3. Cuando la empatía se vuelve parcialidad

Otra de las grandes deformaciones de la empatía aparece cuando su apertura al otro queda capturada por la lógica de la semejanza, de la cercanía o de la pertenencia. Entonces ya no funciona como

facultad de acceso a la alteridad en cuanto tal, sino como intensificación moral de lo próximo. La empatía no desaparece; se **estrecha**. Sigue operando, pero lo hace de manera selectiva, sesgada, inclinada a comprender profundamente sólo a ciertos otros: los que se parecen a mí, los que hablan mi lengua afectiva, los que pertenecen a mi mundo, los que confirman mi sensibilidad o los que encajan dentro del perímetro de mis identificaciones previas. La empatía se convierte entonces en **parcialidad**.

Esta deformación es especialmente peligrosa porque conserva una apariencia de nobleza. Quien la padece suele verse a sí mismo como muy sensible al sufrimiento humano, muy atento a la herida ajena, muy disponible para escuchar y comprender. Y quizá lo sea, pero sólo dentro de ciertos circuitos de afinidad. Allí donde el otro deja de ser reconocible, simpático, parecido, narrativamente accesible o emocionalmente legible desde mis propios códigos, la intensidad empática desciende bruscamente. No desaparece toda consideración moral, desde luego. Pero el acceso deja de ser igualmente vivo. El otro cuenta menos porque lo siento menos. Y esto ya es una corrupción profunda de la facultad.

La raíz antropológica de esta deformación es comprensible. Los seres humanos no empezamos comprendiendo universalmente. Empezamos desde la cercanía: la familia, el grupo, la lengua, la historia compartida, la herida conocida, el estilo afectivo familiar. Nuestra sensibilidad se educa primero en el terreno de lo parecido. No hay nada escandaloso en eso. Sería incluso inhumano exigir una neutralidad originaria absoluta. El problema comienza cuando esa parcialidad inicial no es trabajada y acaba siendo tomada como medida suficiente del bien. Entonces la empatía deja de ser una

escuela de descentramiento y se convierte en sofisticación afectiva del propio círculo.

Podría decirse que aquí la empatía se vuelve **tribal**. No necesariamente en un sentido político estricto, aunque a veces también. Tribal en un sentido más amplio y más profundo: comprende bien al "nosotros" y mal al "otro". Su campo afectivo y comprensivo está delimitado por fronteras de familiaridad moral. Los de dentro son vividos con riqueza, complejidad, mezcla, matiz. Sus errores tienen contexto, sus heridas tienen espesor, sus contradicciones tienen historia, sus excesos tienen causa. Los de fuera, en cambio, son percibidos con mucha menor profundidad. Su dolor se vuelve más abstracto, su miedo menos inteligible, su reacción más tosca, su culpa más limpia, su humanidad menos densa. No hace falta odiarlos. Basta con no entrar en su mundo con la misma seriedad.

Éste es uno de los grandes fracasos de la empatía contemporánea cuando se la deja sin educación filosófica y moral. Se imagina a sí misma como universal, pero en la práctica se distribuye según líneas de parecido, adhesión, estética narrativa y proximidad identitaria. Comprende bien a quienes hablan el idioma del dolor que reconoce. Entiende rápido a quienes expresan la herida en claves que ya forman parte de su mapa emocional. Se moviliza intensamente ante ciertas víctimas, ciertas biografías, ciertas formas de exclusión, ciertos estilos de fragilidad. Y permanece más sorda frente a otras experiencias menos legibles, menos simpáticas o menos integrables en su repertorio moral. La parcialidad no nace aquí de malicia explícita, sino de una pereza no examinada de la sensibilidad.

Hay que insistir en algo decisivo: esta deformación no consiste sólo en “sentir más” por unos que por otros. Eso sería demasiado simple. Consiste sobre todo en **comprender mejor** a unos que a otros, y en convertir esa desigual comprensión en un privilegio moral tácito. A los cercanos o semejantes se les concede complejidad. A los lejanos o disonantes se les concede, a lo sumo, clasificación. Ésta es la verdadera injusticia. Porque la empatía no se mide sólo por la intensidad de la compasión, sino por la disposición a dejar que el otro se vuelva interiormente real aunque no pertenezca al mundo desde el que me pienso a mí mismo.

La parcialidad empática puede adoptar muchas formas. Una de las más comunes es la **parcialidad por semejanza biográfica**. Comprendemos mejor a quienes han sufrido heridas parecidas a las nuestras, a quienes reaccionan desde vulnerabilidades que nos resultan conocidas, a quienes nombran su dolor en registros que hemos vivido o temido. Esa semejanza puede ser un puente legítimo. Pero cuando se absolutiza, se vuelve filtro. Ya no es que la propia experiencia ayude a abrirse al otro; es que sólo el otro que activa esa experiencia se vuelve verdaderamente visible. El dolor ajeno necesita parecerse al mío para adquirir espesor moral.

Otra forma es la **parcialidad por afinidad ideológica o cultural**. Aquí el otro es comprendido con más riqueza no por compartir necesariamente mi biografía, sino por compartir mis marcos de interpretación, mis lenguajes de legitimidad, mis jerarquías emocionales o mis formas de nombrar el daño. Comprendo mejor a quien sufre de maneras que mi universo moral ya sabe leer y respetar. Me cuesta mucho más comprender a quien vive desde categorías que me resultan toscas, incómodas, menos sofisticadas o menos elegibles afectivamente. Entonces mi empatía se vuelve

menos una apertura al otro que una recompensa afectiva para quienes pertenecen a mi ecología simbólica.

Hay también una **parcialidad estética**. Algunas experiencias generan más empatía no por ser más graves, sino por ser más narrables, más visibles, más expresables o más compatibles con los códigos afectivos dominantes. Hay dolores silenciosos, mal articulados, poco elegantes, incluso irritantes, que despiertan menos comprensión. Hay sujetos cuya forma de sufrir los vuelve poco "empáticos": se vuelven hoscos, agresivos, cerrados, defensivos, poco agradecidos, poco claros. Y, sin embargo, pueden estar tan heridos como otros más dulcemente vulnerables. La empatía parcial prefiere lo sufriente que sabe parecer humano según ciertos cánones. Le cuesta entrar en los dolores feos, desordenados o antipáticos.

Ésta es una de las grandes pruebas de su autenticidad. Comprender al que sufre de manera amable es relativamente fácil. Comprender al que sufre de manera desagradable es mucho más difícil. Y, sin embargo, la vida humana real está llena de este segundo tipo de sufrimiento. Personas heridas que no se vuelven tiernas, sino duras. Humillados que no inspiran compasión inmediata, sino incomodidad. Frágiles que, en lugar de pedir ayuda con delicadeza, hieren, se cierran o exigen mal. La empatía parcial los excluye pronto de su radio moral profundo. Ya no los ve como sujetos de dolor complejo, sino como problemas. La empatía madura intenta otra cosa: entrar también ahí, sin por eso justificar ni idealizar.

Esta parcialidad es especialmente visible en el conflicto. Cuando alguien pertenece a "nuestro lado", su dolor adquiere enseguida un espesor histórico, relacional y afectivo enorme. Entendemos por qué reaccionó así, qué herida arrastra, qué miedo lo estrechó, qué

amenaza percibió. Cuando alguien del “otro lado” reacciona con igual intensidad, tendemos con más facilidad a leerlo como agresivo, irracional, manipulador o moralmente deficiente. No se le niega quizá toda humanidad, pero se le niega complejidad equivalente. Ésta es una de las raíces más profundas de la degradación del espacio común. No tanto la falta total de sensibilidad, sino la distribución desigual de la profundidad comprensiva.

La consecuencia moral de todo esto es grave. Porque la parcialidad empática produce una forma muy específica de injusticia: **la desigual distribución de la complejidad**. Unos son leídos como humanos densos, contradictorios, heridos, mezclados. Otros como portadores de conductas, errores o etiquetas. A unos se les concede interioridad amplia. A otros, apenas función moral. Y la desigualdad empieza ya ahí, antes de cualquier decisión explícita. Empieza en la estructura misma de la mirada.

Debe decirse con claridad que esta deformación no se corrige simplemente exhortando a “tener más empatía con todos”. Esa exhortación, por sí sola, es demasiado blanda e imprecisa. Lo que hace falta es algo más exigente: una educación de la facultad que la obligue a reconocer sus propios sesgos de proximidad, de semejanza, de legibilidad y de afinidad. Es decir, una empatía reflexiva, capaz de sospechar de sí misma cuando comprende demasiado rápido a unos y demasiado poco a otros. La pregunta correcta no es sólo “¿estoy comprendiendo?”, sino también “¿a quién comprendo con facilidad y a quién no, y por qué?”.

Esta autovigilancia es incómoda porque hiere la imagen moral que el sujeto tiene de sí. Resulta más agradable pensarse como alguien universalmente sensible que reconocer la estrechez concreta de la

propia facultad. Pero sin ese reconocimiento no hay crecimiento real. La empatía no se vuelve más justa por autoproclamarse inclusiva, sino por trabajar sobre los mecanismos que la hacen selectiva. Tiene que aprender a salir de la comodidad del reconocimiento espontáneo y a entrar en experiencias que no le son afectivamente familiares.

Esto no significa, desde luego, que toda distancia de comprensión pueda ser vencida por igual. Sería falso y hasta inhumano exigir que todas las conciencias comprendan con la misma profundidad cualquier forma de vida o cualquier mundo ajeno. Hay límites reales: de historia, de sensibilidad, de lenguaje, de contexto, de capacidad. Pero reconocer esos límites no equivale a absolutizarlos. Una cosa es admitir que el acceso es parcial y costoso. Otra, renunciar demasiado rápido a él. La empatía madura no promete universalidad perfecta. Promete una disposición más disciplinada a no confundir la propia facilidad comprensiva con medida suficiente de lo humano.

Aquí aparece una relación muy importante con la justicia. La justicia corrige la parcialidad de la empatía recordando que el valor del otro no depende de cuánto logra conmoverme o hacerse inteligible para mí. Pero la empatía, a su vez, puede enriquecer a la justicia ayudándola a descubrir que algunos sujetos o grupos quedan sistemáticamente fuera del radio de comprensión viva, no porque no tengan mundo interior, sino porque su mundo no se presenta en formas fácilmente decodificables por las sensibilidades dominantes. Cuando esta doble corrección funciona bien, la vida moral gana algo precioso: no sólo principios más justos, sino una imaginación más amplia sobre quién cuenta plenamente como alguien.

La parcialidad empática tiene también un efecto degradante sobre el propio sujeto. Lo encierra en un universo moral demasiado autoafirmativo. Sólo comprende bien lo que puede traducir rápidamente a sí mismo o a su mundo. Y esa limitación empobrece no sólo su relación con los otros, sino también su conocimiento de la condición humana. La alteridad deja de ensancharlo. El otro ya no lo descoloca ni lo obliga a revisar sus categorías, sino que confirma casi siempre lo que ya sabía sentir. Se vuelve sensible, sí, pero en un campo estrecho. Y una sensibilidad estrecha, aunque intensa, no constituye todavía una gran alma moral.

Hay además una forma colectiva de esta deformación. Comunidades enteras pueden desarrollar una empatía muy sofisticada hacia ciertas heridas y una ceguera notable frente a otras. Esto ocurre en tradiciones políticas, religiosas, culturales o mediáticas que han educado muy bien su sensibilidad hacia un repertorio determinado de daños, pero han dejado fuera otros por considerarlos ideológicamente sospechosos, moralmente menos prestigiosos o afectivamente menos atractivos. Entonces se producen culturas muy empáticas en apariencia y, sin embargo, extrañamente duras con quienes no entran en su campo de legibilidad privilegiada. La empatía se convierte en marca de pertenencia antes que en apertura real a la alteridad.

Esto es particularmente serio porque genera una ilusión de superioridad moral difícil de desmontar. Quien empatiza intensamente con ciertos dolores puede sentirse ya eximido de examinar sus cegueras respecto de otros. La profundidad parcial se vive como profundidad universal. Pero precisamente la universalidad moral se prueba allí donde la comprensión no nace sola, donde el otro no llega ya humanizado por nuestra afinidad,

donde su dolor no tiene el tono, la estética o la narrativa que más fácilmente despiertan nuestra sensibilidad. La empatía que no puede atravesar ese umbral sigue siendo demasiado local, demasiado cómoda y, en cierto modo, demasiado narcisista.

La salida no consiste en debilitar la intensidad con que comprendemos a los cercanos o a los semejantes. Eso sería absurdo. La salida consiste en no confundir esa intensidad con una medida suficiente de la realidad moral. Y consiste también en ejercitar deliberadamente la apertura hacia aquellos mundos ajenos que no nos resultan espontáneamente transparentes. No para fingir una universalidad sentimental imposible, sino para ensanchar la capacidad de conceder complejidad allí donde el yo preferiría reducir.

Podría decirse que la empatía parcial ama demasiado el espejo y demasiado poco la alteridad. Necesita reconocer algo propio para conceder profundidad. La empatía madura, en cambio, va aprendiendo a conceder profundidad también donde no se reconoce fácilmente. Ésta es una de sus pruebas más altas. Porque allí ya no comprende sólo por afinidad, sino por disciplina de la apertura.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía se vuelve parcialidad cuando su capacidad de comprender profundamente queda restringida a los sujetos que resultan cercanos, semejantes o afectivamente legibles para el yo, distribuyendo de manera desigual la complejidad moral entre unos y otros.

Ésta es una deformación menos ruidosa que la crueldad y menos visible que la manipulación, pero no menos seria. Porque allí donde

la complejidad humana se distribuye de manera desigual, la injusticia ha empezado ya a instalarse en la forma misma de la mirada. Y una mirada injusta, aunque esté llena de buenas emociones, prepara casi siempre respuestas injustas.

11.4. Cuando la empatía se vuelve invasión

Hay una deformación de la empatía que suele presentarse bajo apariencia de proximidad intensa, de cuidado alto o incluso de amor excepcional: aquella en la que la comprensión del otro deja de respetar su alteridad y empieza a entrar en su vida interior como si tuviera derecho a ocuparla. La empatía, entonces, ya no abre un espacio para que el otro comparezca; lo invade. No escucha para que el otro sea más él mismo, sino para penetrarlo, interpretarlo demasiado pronto, nombrarlo desde fuera o instalarse dentro de su experiencia con una familiaridad que no ha sido concedida. La cercanía pierde forma y se convierte en intrusión.

Esta deformación es especialmente difícil de detectar porque nace de un impulso que, en sí mismo, puede ser noble: el deseo de no quedarse en la superficie, de no abandonar al otro en la soledad de su dolor, de entrar realmente en lo que vive. Pero entre entrar realmente y entrar indebidamente hay una diferencia decisiva. La empatía sana se acerca a la experiencia ajena respetando que sigue siendo ajena. La empatía invasiva, en cambio, se acerca como si la mera hondura del vínculo, la intensidad de la preocupación o la finura de la comprensión ya le otorgaran una especie de permiso tácito para cruzar límites interiores que siguen perteneciendo al otro.

La invasión comienza cuando el sujeto ya no tolera bien la reserva ajena. Le inquieta que el otro no se deje leer del todo, que no formule completamente lo que le ocurre, que no confirme la interpretación

ofrecida, que mantenga zonas opacas o ritmos más lentos de apertura. Esa inquietud puede ser vivida como frustración de la cercanía: “quiero ayudarte”, “quiero entenderte mejor”, “quiero llegar al fondo”. Pero si no está regulada por el respeto, se vuelve una forma de presión. El otro siente entonces que no sólo está siendo comprendido, sino también empujado a dejarse comprender más de lo que puede, quiere o necesita en ese momento. La empatía ha dejado de ser hospitalidad. Se ha vuelto apetito de interioridad ajena.

Éste es el punto central: la empatía se vuelve invasión cuando no sabe detenerse ante el límite que la alteridad impone. El sujeto no acepta que puede haber experiencias parcialmente visibles y, sin embargo, no totalmente disponibles; dolores que comparecen y, sin embargo, no deben ser completamente explicitados por otro; silencios que no son simple resistencia patológica, sino formas legítimas de protección, de elaboración o de reserva. La invasión nace de no soportar ese límite. Quiere entrar más de lo debido, saber más de lo que le corresponde, nombrar antes de tiempo, traducir lo apenas insinuado a un lenguaje que ya no pertenece del todo a quien lo vive.

Una de las formas más comunes de esta deformación es la **interpretación prematura**. El otro empieza a mostrar algo de su herida, de su miedo o de su confusión, y enseguida quien empatiza interviene con explicaciones amplias: “lo que en realidad te pasa es esto”, “en el fondo estás reaccionando por aquello”, “esto viene claramente de esta herida”, “yo ya veo por qué haces esto”. Puede ocurrir que algo de esa lectura sea correcto. El problema no está sólo en la posible falsedad. Está en la ocupación del espacio interior del otro. Se le arrebata el tiempo de descubrir, de decir, de vacilar, de

corregirse, de apropiarse de su propia verdad. La comprensión se vuelve adelantamiento.

Otra forma es la **curiosidad afectiva excesiva**. Aquí el sujeto quiere saber más y más del mundo ajeno: detalles, antecedentes, matices, escenas íntimas, núcleos dolorosos, fisuras, vergüenzas, contradicciones. No siempre por morbo en sentido vulgar. A veces por una mezcla de genuina preocupación y necesidad de sentirse realmente dentro de la vida del otro. Pero incluso esa preocupación puede volverse ilegítima si no sabe aceptar que no todo debe ser dicho, que no toda profundidad requiere exposición y que no toda intimidad se ofrece a la sola fuerza del interés comprensivo. Hay una violencia suave en quien interroga demasiado, interpreta demasiado y se instala demasiado pronto en el corazón del otro en nombre de la cercanía.

También existe una **invasión protectora**. Quien cree comprender bien la herida del otro siente entonces que debe anticiparse, decidir, filtrar, protegerlo de experiencias, de palabras, de conflictos o de verdades que podrían dañarlo. Ya no acompaña la libertad del otro; empieza a administrarla. Le ahorra choques, interpreta el mundo por él, media sus relaciones, suaviza lo que recibe, ordena lo que debe o no debe saber. Todo ello puede hacerse con ternura y aparente delicadeza. Pero la estructura sigue siendo invasiva. La comprensión de la fragilidad ajena se ha transformado en derecho de tutela. El otro ya no es sólo alguien cuidado; empieza a ser alguien gestionado.

Hay una razón profunda por la cual esta deformación aparece con frecuencia en vínculos íntimos. Cuanto más cerca estamos de alguien, más fácil resulta pensar que la distancia entre ambos debería desaparecer. La reserva se vive como señal de falta de

confianza. El silencio, como obstáculo. La opacidad, como una injusticia para la profundidad del vínculo. Desde ahí, la invasión puede incluso parecer una forma de amor fuerte: “quiero llegar donde nadie ha llegado”, “quiero comprenderte completamente”, “no quiero que te escondas de mí”, “entre nosotros no debería haber nada cerrado”. Pero precisamente ahí se juega una diferencia decisiva entre intimidad verdadera y fusión posesiva. La intimidad madura no elimina la reserva; la vuelve habitable. La invasión, en cambio, la vive como desafío.

Esto muestra algo esencial: el otro no sólo debe ser comprendido; debe también poder **guardar interioridad**. No una interioridad cerrada contra todo vínculo, pero sí una interioridad no enteramente disponible para el deseo de comprensión del otro. La empatía sana reconoce este derecho. La empatía invasiva lo erosiona. Y al erosionarlo no produce más verdad, sino más adaptación forzada. El otro empieza a decir lo que el otro espera oír, a dejarse interpretar para no tener que seguir resistiendo, a entregar materiales interiores no siempre porque esté preparado para ello, sino porque no quiere decepcionar la intensidad comprensiva del vínculo. La invasión produce falsa transparencia.

Una de las señales más finas de esta deformación es la pérdida de espontaneidad en quien es “comprendido”. Empieza a sentirse demasiado observado interiormente, demasiado leído, demasiado anticipado. Ya no puede simplemente estar. Siente que todo gesto será interpretado, que todo silencio será cargado de significado, que toda vacilación será traducida. Y eso genera una fatiga peculiar. La persona no se siente violentada de manera frontal. Se siente ocupada. Su mundo interior ya no tiene suficiente espacio para comparecer sin ser inmediatamente procesado por la inteligencia

afectiva del otro. La empatía ha dejado de ser alivio. Se ha vuelto presión ambiental.

Esto puede ocurrir también en contextos terapéuticos, educativos o espirituales, donde quien acompaña posee una legitimidad parcial para entrar en zonas profundas de la vida ajena. Precisamente porque ahí el acceso puede estar más justificado, el riesgo de invasión se vuelve más serio. El terapeuta, el acompañante, el maestro o el director espiritual pueden habituarse tanto a leer interioridades que dejan de sentir con claridad dónde termina la interpretación legítima y dónde empieza la apropiación. Cuanto más asimétrica es la relación, más necesaria se vuelve una disciplina del límite. Comprender más obliga a invadir menos, no a invadir más.

La invasión empática tiene además una relación problemática con la verdad. Cree acercarse más a ella cuanto más penetra. Pero muchas veces obtiene lo contrario. Porque la interioridad humana no se revela mejor bajo presión. Hay verdades que sólo comparecen donde existe espacio, paciencia y renuncia al control. El sujeto invasivo cree que sabrá más cuanto más pregunte, cuanto más interprete, cuanto más complete lo no dicho. Pero esa avidez de comprensión puede falsificar la aparición misma de la verdad. El otro se defiende, se adapta, se retrae o produce discurso para salir del asedio comprensivo. Lo que parecía búsqueda profunda termina generando material menos verdadero.

Esto corrige una ilusión muy extendida: que la profundidad moral consistiría siempre en ir más adentro. No. A veces la verdadera profundidad consiste en saber hasta dónde entrar y dónde detenerse. Saber que no todo silencio debe ser roto, que no toda opacidad debe ser vencida, que no toda experiencia debe ser llevada a claridad completa por mediación ajena. Hay un respeto

profundo que consiste en no terminar de abrir aquello que ya ha comenzado a comparecer, para permitir que el otro siga siendo sujeto de su propio ritmo interior. La invasión no sabe hacer esto. Identifica profundidad con penetración. La empatía madura une profundidad y contención.

También conviene distinguir la invasión de la simple cercanía intensa. No todo interés alto por la vida interior del otro es ya ilegítimo. Hay preguntas necesarias, interpretaciones fecundas, invitaciones legítimas a profundizar y presencias que ayudan a nombrar lo que el otro aún no puede decir bien. La diferencia no está en la intensidad del vínculo, sino en la forma. ¿Se deja espacio para que el otro corrija, calle, posponga, no se reconozca todavía en lo que oye, retire algo, se reserve algo? ¿La interpretación se ofrece o se impone? ¿La cercanía acompaña o aprieta? ¿La comprensión abre libertad o crea deuda? Estas preguntas permiten reconocer si se está ante una empatía honda o ante una invasión envuelta en lenguaje de cuidado.

La invasión suele justificarse además por una lógica moral engañosa: “si no entro más, lo abandono”; “si no insisto, lo dejo solo”; “si no nombro lo que veo, soy superficial”; “si no atravieso su resistencia, no lo ayudo de verdad”. Puede haber algo de verdad en algunos casos. Pero tomada como principio general, esta lógica borra algo fundamental: a veces se abandona precisamente cuando no se deja al otro espacio suficiente para ser sujeto de su propia verdad. El que invade cree estar más presente. A menudo está más presente para sí mismo —para su propia necesidad de comprender, de ayudar, de acertar, de sentirse profundo— que para el otro.

Por eso esta deformación está estrechamente unida al problema del poder. El invasivo no siempre quiere dominar en sentido directo.

Pero se sitúa en un lugar donde su comprensión se vuelve centro de la escena. Él ve, nombra, conecta, revela. El otro, en cambio, queda cada vez más como aquel cuya interioridad debe ser leída, trabajada o conducida. La asimetría no siempre es brutal. Puede ser cálida, delicada, incluso amorosa en apariencia. Pero sigue siendo asimetría apropiadora. El otro pierde soberanía sobre la forma y el ritmo de su comparecencia interior.

La corrección de esta deformación exige una virtud particularmente difícil: la **discreción empática**. Discreción no como frialdad ni como abstención indiferente, sino como capacidad de comprender sin ocupar, de acompañar sin forzar, de saber sin exhibirlo todo, de intuir sin precipitar la interpretación, de dejar espacio incluso cuando uno cree ver algo real. La discreción empática es una de las formas más altas de respeto. Impide que la cercanía se vuelva colonización y que la fineza psicológica se transforme en una presencia asfixiante.

Podría decirse que la empatía madura tiene siempre algo de **hospitalidad no posesiva**. Acoge al otro y lo deja entrar en la conciencia sin por eso tomar posesión de su interioridad. La empatía invasiva, en cambio, funciona como un anfitrión que, una vez que el otro ha entrado, quiere reorganizarlo todo según su propia manera de comprender. Ya no aloja; administra. Ya no recibe; conduce. Y el otro acaba estando dentro, pero no libre.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía se vuelve invasión cuando la comprensión de la experiencia ajena deja de respetar la reserva, el ritmo y la autonomía interior del otro, y se convierte en penetración interpretativa o protectora que ocupa su mundo en lugar de acompañarlo.

Ésta es una deformación especialmente peligrosa porque se disfraza de profundidad y de cuidado. No hiere por falta de cercanía, sino por exceso mal ordenado de ella. Por eso sólo puede ser corregida por una comprensión más alta de la alteridad: una comprensión que sepa que el otro no se honra plenamente cuando es totalmente leído, sino cuando puede comparecer sin ser devorado por la mirada que pretende entenderlo.

11.5. Cuando la empatía se vuelve autoanulación

Existe una deformación de la empatía que, a diferencia de la invasión o de la instrumentalización, no se ejerce tanto contra el otro como contra uno mismo. Es aquella en la que la apertura a la experiencia ajena deja de ser un descentramiento fecundo y se convierte en pérdida de la propia consistencia interior. El sujeto ya no sólo comprende al otro, ni sólo se deja afectar por él, sino que empieza a disolver su propio juicio, sus propios límites, su propia verdad y, en casos extremos, su propio derecho a existir como centro distinto de experiencia y responsabilidad. La empatía se convierte entonces en **autoanulación**.

Esta deformación suele ser culturalmente celebrada bajo nombres nobles: entrega total, sensibilidad extrema, amor incondicional, capacidad de sacrificio, fusión afectiva, disponibilidad absoluta. Y, sin embargo, en su estructura profunda es una forma de desorden. No porque sea malo salir de sí. La empatía exige precisamente una salida de sí. El problema comienza cuando esa salida ya no retorna. Cuando el sujeto no sólo suspende momentáneamente su centralidad para comprender, sino que pierde la capacidad de volver sobre sí mismo con juicio propio. Entonces la comprensión del otro deja de estar integrada en una conciencia responsable y empieza a

funcionar como una fuerza que lo desplaza de sí de manera casi permanente.

La autoanulación empática nace muchas veces de una intuición moral verdadera llevada demasiado lejos. Se advierte que el egoísmo, la dureza y la autosuficiencia son males reales. Se reconoce que hace falta salir del propio encierro, comprender mejor al otro, dejar de medir toda la realidad con la vara de la propia comodidad. Todo eso es correcto. Pero luego se da un paso más, ilegítimo: se concluye que cuanto menos peso tenga el yo propio y cuanto más completamente se pliegue a la experiencia ajena, más alta será la forma moral alcanzada. En ese punto el descentramiento deja de ser disciplina de la relación y se vuelve desposesión de sí.

Esta desposesión tiene una lógica reconocible. El sujeto experimenta el sufrimiento, la necesidad, la fragilidad o la intensidad afectiva del otro como algo tan prioritario que empieza a sospechar de toda resistencia propia. Sus límites le parecen egoísmo. Su cansancio le parece dureza. Su diferencia de juicio le parece traición. Su necesidad de espacio le parece falta de amor. Su derecho a decir no le parece casi una violencia. Poco a poco, la vida interior propia se va volviendo moralmente sospechosa cada vez que no coincide con lo que el otro necesita, pide o vive. La empatía ha dejado de ser una facultad de comprensión y se ha convertido en un régimen de subordinación afectiva.

Éste es el punto central: la autoanulación empática consiste en la pérdida de la legitimidad interior del propio yo frente a la experiencia ajena. El sujeto sigue existiendo, desde luego. Pero cada vez le resulta más difícil reconocerse como alguien que también tiene verdad, límite, responsabilidad y dignidad. La experiencia del otro ocupa tanto el espacio moral que la propia sólo sobrevive en forma

de culpa o de sospecha. Ya no hay dos centros de experiencia en relación. Hay uno que comparece con intensidad y otro que se relega continuamente para no estorbar.

Esta deformación aparece con frecuencia en vínculos asimétricos o muy cargados afectivamente: relaciones de pareja donde uno vive de la estabilidad del otro, amistades con fuerte dependencia emocional, vínculos parentales mal ordenados, acompañamientos donde quien cuida no sabe retirarse, relaciones marcadas por culpa o por historias de daño que generan una responsabilidad afectiva desproporcionada. En todos estos casos, la persona más empáticamente abierta puede empezar a habitar una posición interior en la que su función principal parece ser absorber, sostener, traducir, amortiguar, comprender y compensar la experiencia del otro. La suya propia queda relegada a un segundo plano casi vergonzante.

A veces esta autoanulación se presenta como gran generosidad. Y puede contener algo de generosidad real. Pero la generosidad misma se corrompe cuando deja de estar sostenida por una forma interior que todavía sabe quién da, desde dónde da y hasta dónde puede dar sin traicionar bienes más profundos. El sacrificio no es por sí mismo la forma suprema del bien. Hay sacrificios nobles y hay sacrificios desordenados. Hay renuncias que expresan amor alto y hay renuncias que nacen de incapacidad para sostener la propia existencia sin culpa. La empatía autoaniquilante suele deslizarse hacia este segundo tipo: no entrega desde una libertad fuerte, sino desde una dificultad radical para tolerar que el otro sufra o desapruebe.

Esto revela una relación íntima entre esta deformación y la **culpa empática**. El sujeto siente que, si no logra aliviar, comprender,

contener o satisfacer suficientemente al otro, él es en alguna medida culpable de su dolor. No siempre de forma explícita. A veces es una culpa difusa, ambiental, casi corporal. Pero muy eficaz. Cada malestar ajeno activa en él la sensación de haber fallado moralmente. Y esa sensación debilita progresivamente su capacidad de discernir. Ya no pregunta con libertad: "¿qué es justo aquí?", "¿qué responsabilidad es realmente mía?", "¿qué parte de este dolor le pertenece al otro y cuál me toca a mí?". En su lugar aparece otra lógica: "si el otro sufre y yo podría disminuir algo de ese sufrimiento, ¿cómo no hacerlo?" La pregunta parece noble, pero llevada al extremo destruye la estructura misma de la responsabilidad diferenciada.

Hay que insistir en esto con fuerza: **comprender el dolor del otro no convierte automáticamente ese dolor en tarea propia ilimitada**. La empatía autoaniquilante olvida esta verdad elemental. Convierte toda cercanía en carga total, toda comprensión en obligación sin frontera, toda herida ajena en mandato dirigido a la propia vida. El resultado no es una humanidad más alta, sino una vida moralmente desorganizada. Porque ya no se distingue entre acompañar y cargar con todo, entre ayudar y sustituir, entre amar y ser absorbido.

También aquí el lenguaje ofrece señales muy claras. Quien cae en esta deformación empieza a hablar desde la autoacusación o desde la renuncia sistemática a su propio punto de vista: "no debería sentir esto", "si esto le duele, entonces debo ceder", "no importa lo que yo piense si él lo está pasando peor", "¿quién soy yo para sostener mi posición si entiendo por qué actúa así?", "si pongo este límite lo destruyo", "si me aparto un poco lo abandono". Todas estas frases pueden nacer de contextos reales de exigencia moral. Pero cuando se vuelven estructura permanente, indican que el sujeto ha perdido

el equilibrio entre comprensión del otro y fidelidad a su propia responsabilidad.

La autoanulación empática tiene, además, un efecto paradójico sobre el vínculo. Quien se borra a sí mismo para comprender y sostener al otro cree a menudo que está protegiendo la relación. Pero, a la larga, la debilita. Porque un vínculo verdadero no necesita la desaparición de uno de sus polos, sino la presencia de ambos en una relación justa. Cuando uno se vuelve sólo continente del otro, la relación pierde reciprocidad real. Puede ganar intensidad, dependencia, dramatismo, incluso sensación de profundidad. Pero pierde verdad. El otro deja de encontrar a alguien con quien relacionarse y empieza a encontrar sobre todo una función: la función de comprenderlo, sostenerlo o no contradecirlo demasiado.

Esto es especialmente grave porque la autoanulación puede parecer, durante mucho tiempo, una gran capacidad de amar. Pero el amor, como ya se vio, no exige desaparición del yo. Exige su recta ordenación al bien del otro. Y esa ordenación incluye también cuidar que el otro no sea acostumbrado a un vínculo donde una sola experiencia cuenta plenamente. El que se autoanula no sólo se daña a sí mismo; también ofrece al otro una forma de relación empobrecida. Le ofrece comprensión sin resistencia, presencia sin alteridad suficiente, apoyo sin verdadera interlocución. Y eso puede reforzar la inmadurez del otro, su dependencia o su incapacidad para habitar vínculos no centrados exclusivamente en su herida.

Hay aquí una diferencia muy importante entre **descentramiento** y **desposesión**. El descentramiento es una suspensión provisional de la propia centralidad para dejar aparecer al otro. La desposesión es la pérdida de la capacidad de volver sobre sí con legitimidad. El primero es condición de la empatía. La segunda es su corrupción. El

descentramiento hace posible la comprensión. La desposesión destruye al sujeto que comprende. Y una vez destruido o debilitado ese sujeto, la misma comprensión se vuelve menos verdadera, porque ya no hay un lugar interior suficientemente firme desde el cual integrar, discernir y responder.

Esto corrige una ilusión muy arraigada: la de que cuanto más se silencia el yo, más pura es la relación moral. No. Un yo demasiado silenciado ya no puede amar bien, ni juzgar bien, ni poner límites justos, ni acompañar de manera estable. La vida moral no necesita un yo soberbio, pero tampoco un yo evaporado. Necesita un yo trabajado: capaz de salir de sí y de volver a sí, capaz de abrirse al otro y de no entregarle el gobierno de su conciencia. La empatía autoaniquilante rompe esta dinámica de ida y vuelta. Sale, pero no regresa.

Esta deformación se agrava mucho cuando el otro —de manera consciente o no— aprende a habitarla. Hay personas que detectan muy rápidamente a quienes se culpan por entender demasiado y, sin necesidad de gran malicia, empiezan a descansar sobre esa culpa. No hace falta manipulación explícita. Basta con que el vínculo se organice de tal modo que toda afirmación de límite por parte del sujeto empático sea vivida como falla moral, mientras su disponibilidad ilimitada se premie como prueba de amor o de comprensión verdadera. En ese clima, la autoanulación puede volverse estable, porque queda afectivamente recompensada y moralmente idealizada.

Por eso esta deformación exige una rectificación muy fuerte: recuperar la legitimidad moral del propio centro sin volver al egoísmo. Éste es el trabajo difícil. No se trata de endurecerse para dejar de sentir. Tampoco de retirarse a una indiferencia defensiva. Se

trata de aprender a decir: “puedo comprenderte profundamente y, sin embargo, mi experiencia también cuenta”; “tu dolor me importa, pero no por eso todo me corresponde”; “entiendo de dónde nace tu demanda, pero no por eso debo concederla”; “puedo acompañarte sin desaparecer”; “puedo amarte sin dejar de ser alguien”. Estas frases expresan una forma alta de madurez moral. No protegen el egoísmo. Protegen la estructura misma de una relación verdadera.

También hay que decir que la autoanulación empática no suele ser sostenible indefinidamente. Tarde o temprano produce cansancio moral, resentimiento encubierto, agotamiento afectivo o colapso. El sujeto ha vivido tanto tiempo hacia afuera que su vida interior empieza a reclamar de manera desordenada. Entonces puede endurecerse bruscamente, retirarse sin elaboración o explotar con una violencia que parece incomprensible para el otro. Pero no es incomprensible. Es el retorno, a menudo mal elaborado, de una subjetividad demasiado tiempo negada. La autoanulación no produce santidad. Produce, con frecuencia, desgaste y deformación del vínculo.

Esto muestra por qué la integración correcta de la empatía exige siempre el **retorno reflexivo** del que ya se habló en capítulos anteriores. Comprender al otro no basta; hay que volver a sí para pensar, situar, discernir y responder desde una conciencia que sigue siendo responsable de su propia forma. Cuando ese retorno se omite o se vive como culpa, la empatía degenera en absorción. La autoanulación es, en el fondo, la cancelación de ese retorno. El sujeto permanece demasiado tiempo viviendo desde el otro, hasta que ya no sabe habitar con legitimidad su propio juicio.

La corrección de esta deformación requiere también respeto hacia uno mismo, aunque esta expresión pueda sonar extraña. Pero es

justa. Así como el otro no debe ser tratado como mero medio, tampoco uno mismo puede entregarse a un régimen de uso interior continuo en nombre de una falsa superioridad moral. Hay una dignidad del propio centro de experiencia que no debe ser traicionada. No porque valga más que la del otro, sino porque vale también. Y sólo desde el reconocimiento de esa doble dignidad puede sostenerse una relación no sacrificialmente deformada.

Podría formularse la diferencia del siguiente modo: la empatía sana **descentra**; la empatía autoaniquilante **desautoriza** el propio centro. La primera hace sitio al otro. La segunda convierte al yo en intruso dentro de su propia casa moral. Y ésa es una de las formas más graves de desorden, porque desfigura tanto al sujeto como al vínculo que pretende sostener.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía se vuelve autoanulación cuando la comprensión de la experiencia ajena deslegitima sistemáticamente el propio juicio, los propios límites y la propia realidad interior, transformando el descentramiento necesario en pérdida de la propia consistencia moral.

Ésta es una deformación particularmente peligrosa porque suele confundirse con virtud alta, con entrega admirable o con amor superior. Pero una relación moralmente verdadera no necesita la desaparición de uno de sus polos. Necesita dos centros capaces de tocarse sin absorción y de responderse sin que uno de ellos deba abdicar de sí para que el otro exista. Sólo ahí la empatía sigue siendo humana y no se convierte en una forma elegante de destrucción interior.

11.6. Cuando la empatía se vuelve complicidad

Hay una deformación particularmente grave de la empatía que aparece cuando la comprensión del otro deja de humanizar el juicio y empieza, en cambio, a desactivarlo hasta el punto de volvernos colaboradores de aquello mismo que deberíamos resistir. En ese momento, la empatía ya no sirve al bien del otro ni al bien común; sirve a la conservación de un daño, de una mentira, de una dependencia o de una injusticia. Se convierte en **complicidad**.

La complicidad empática no nace, por lo general, de malicia abierta. Nace más bien de una mezcla de comprensión real, temor a herir, dificultad para sostener el conflicto y una cierta fascinación moral por la complejidad del otro. Se ve tanto de su herida, de su miedo, de su historia, de la lógica interior de su conducta, que ya no se encuentra el punto desde el cual decir no. Lo que en principio debía volver el juicio más verdadero termina volviéndolo cada vez menos operativo. Y poco a poco el sujeto deja de ser alguien que comprende al otro para responder mejor, y pasa a ser alguien que comprende tanto que ya no se atreve a interrumpir lo dañino.

Éste es el punto exacto de la deformación. La empatía sana introduce contexto sin destruir la responsabilidad. La empatía cómplice introduce contexto hasta volver moralmente inofensiva la responsabilidad. No niega el daño. Lo rodea tanto de explicaciones, de heridas previas, de matices, de miserias interiores y de causas comprensibles, que ya no logra tratarlo como algo que exige una respuesta firme. El mal sigue siendo nombrado, quizá. Pero en la práctica deja de ser resistido.

Hay una frase que resume muy bien esta caída: **“entiendo tanto por qué haces esto que ya no sé cómo oponerme a ello.”** En apariencia, la frase expresa sensibilidad alta. En realidad, expresa

una derrota de la forma moral. Porque la comprensión del otro no debería destruir la capacidad de resistencia. Debería volverla menos ciega, menos orgullosa, menos tosca. Pero si la anula, la empatía ha dejado de ser una mediación hacia el bien y ha pasado a funcionar como coartada del mal.

La complicidad puede adoptar muchas formas. Una de las más frecuentes es la **complicidad afectiva**. El sujeto comprende tan bien la fragilidad del otro que evita sistemáticamente todo lo que podría frustrarlo, contrariarlo o exponerlo a una verdad difícil. Con el tiempo, esta evitación deja intactos patrones destructivos: manipulaciones, mentiras, victimismos, dependencias, escenas de control, irresponsabilidades repetidas. Quien acompaña no aprueba explícitamente todo eso. Pero tampoco lo confronta con la fuerza necesaria. Se ha vuelto protector de la herida de tal modo que ya no protege al otro de sí mismo.

Otra forma es la **complicidad narrativa**. Aquí el sujeto no sólo comprende al otro, sino que empieza a habitar su relato de manera casi completa. La historia que el otro cuenta sobre sí, sobre los hechos, sobre sus culpas y sus derechos, se vuelve tan inteligible que ya no encuentra suficiente distancia para evaluar críticamente su construcción. Tal vez perciba, en algún nivel, exageraciones, omisiones o autoengaños. Pero el peso de la herida que sostiene la narrativa es tan grande que introducir una corrección le parece casi una deslealtad. Entonces la narrativa queda consolidada no tanto porque sea verdadera, sino porque ha sido sostenida por una comprensión que no quiso contrariarla.

Existe también una **complicidad ética** más severa. Ocurre cuando alguien comprende el sufrimiento, la humillación o el abandono desde los cuales otro actúa mal y, por ello, empieza a tratar su

conducta como si fuera menos dañina de lo que realmente es. No porque la niegue, sino porque la deja caer en un segundo plano frente al drama interior del agente. Se dice, de manera más o menos explícita: “sí, hirió, sí, mintió, sí, manipuló, pero mira todo lo que arrastra.” Y ese “pero” va ocupando cada vez más espacio. La atención moral se desplaza desde el daño causado hacia la herida previa del que daña, hasta que la balanza deja de estar equilibrada.

Esta deformación es especialmente visible en vínculos íntimos marcados por repetición de daño. Una persona hiere una y otra vez desde su miedo al abandono, desde su inseguridad, desde su historia de humillación o desde su desorganización emocional. La otra comprende de manera real la fuente del problema. Ve el niño herido, la vergüenza oculta, el terror, el vacío. Y precisamente porque lo ve, posterga una y otra vez el límite, la distancia, la confrontación o la salida. No quiere ser “injusta” con alguien tan frágil. Pero al hacer eso termina colaborando con una estructura donde la fragilidad del otro opera como licencia práctica para seguir dañando.

La complicidad empática tiene una lógica moral engañosa. Se presenta como superioridad frente al juicio simplista. “Yo no me quedo en la superficie”, “yo sé por qué actúa así”, “yo veo el dolor detrás de la agresión”, “yo no lo reduzco a lo que hace.” Todo eso puede ser verdadero. El problema no está ahí. El problema está en que esa verdad se usa para suspender indefinidamente la exigencia de transformación, de límite o de verdad. El sujeto cree haber superado la moral simplista y, sin advertirlo, cae en otra deformación: la moral de la indulgencia infinita hacia aquello que ha aprendido a comprender demasiado bien.

Hay aquí un punto crucial. **Comprender las causas no equivale a aceptar los efectos.** Una persona puede estar hondamente herida

y seguir siendo peligrosa. Puede estar dominada por una vergüenza devastadora y, sin embargo, usarla para manipular. Puede haber sufrido mucho y seguir haciendo sufrir injustamente. Puede estar más condicionada que otras y, aun así, necesitar una resistencia firme para no hundirse más en su propio desorden. La empatía cómplice pierde la capacidad de sostener estas dos verdades juntas. Prefiere una sola: la de la herida que explica. Y al preferirla de ese modo, traiciona tanto a quienes sufren las consecuencias de esa conducta como al propio sujeto herido, a quien deja cada vez más encerrado en una forma de existencia no transformada.

Ésta es una de las tesis más importantes de este apartado: la complicidad empática no sólo daña a terceros o a quien acompaña; **daña también al propio objeto de su comprensión**. Porque lo confirma en una forma de vida desordenada. Le ofrece comprensión sin transformación, contención sin exigencia, contexto sin llamado a la responsabilidad. Lo mantiene inteligible, pero no lo ayuda a salir. Hay una forma de misericordia falsa que consiste en no aplastar al otro, sí, pero tampoco pedirle nunca que responda desde otra altura. La complicidad empática pertenece con frecuencia a esa falsedad.

El problema se agrava cuando el otro aprende a habitar esa comprensión como recurso. No hace falta que lo haga con plena conciencia. Basta con que intuya que su herida, su historia, su fragilidad o su desorganización producen en el otro una suspensión del límite. Entonces la explicación comienza a funcionar como escudo. Cada vez que la verdad se acerca demasiado, reaparece el dolor de fondo. Y el sujeto empático, que no quiere traicionar esa verdad del sufrimiento, vuelve a ceder. Se instala así un circuito perverso: cuanto más comprende, más difícil le resulta exigir; cuanto menos exige, más se repite la conducta; cuanto más se

repite, más material empático parece acumularse para volver a comprenderla.

Esto puede suceder en la amistad, en la pareja, en la familia, en ciertos acompañamientos profesionales e incluso en la vida pública. Colectivos, líderes, instituciones o causas enteras pueden quedar protegidos por una comprensión tan intensa de sus heridas, de sus vulnerabilidades históricas o de sus motivos internos, que se vuelve cada vez más difícil criticarlos cuando dañan, exageran o deforman la realidad. No porque todo lo que hacen quede justificado explícitamente, sino porque el costo afectivo de introducir la crítica se vuelve demasiado alto. La empatía se transforma entonces en blindaje moral.

La gran trampa de esta deformación es que hace sentir al sujeto más lúcido y más humano que quien pone límites. Como si la resistencia firme fuera necesariamente simplista, mientras que la comprensión prolongada fuera superior por sí misma. Pero esta superioridad es ilusoria. A veces quien pone un límite ha comprendido menos, sin duda. Pero otras veces ha comprendido lo suficiente y, precisamente por eso, sabe que ya no ayudaría seguir absorbiendo sin responder. La verdadera diferencia no está entre quien comprende y quien limita, sino entre quien comprende para responder mejor y quien comprende para no responder.

Hay además una dimensión de cobardía moral que no debe ser omitida. A veces la complicidad empática no nace sólo de sensibilidad alta, sino también de miedo al conflicto. Resulta más fácil seguir comprendiendo que arriesgar una confrontación. Más fácil mantenerse en la posición noble del que “ve el fondo” que asumir el costo de decir una verdad que romperá una escena emocionalmente cargada. La comprensión se convierte entonces

en refugio contra la decisión. El sujeto puede seguir sintiéndose bueno mientras evita el momento incómodo en que tendría que actuar de acuerdo con lo que ya sabe. La empatía se ha vuelto máscara del miedo.

Esto es especialmente serio porque introduce una ambigüedad interna en la propia autopercepción moral. La persona ya no sabe si está siendo compasiva o si está evitando algo que le cuesta sostener. Ya no distingue bien entre paciencia y aplazamiento culpable, entre misericordia y miedo, entre comprensión alta y renuncia al propio deber. Y cuanto más tiempo se instala en esa ambigüedad, más difícil resulta salir de ella, porque la identidad del sujeto empieza a apoyarse en esa imagen de sí como alguien excepcionalmente comprensivo. Poner un límite se vuelve entonces no sólo difícil para el vínculo, sino desestabilizador para la propia autoimagen.

Hay una diferencia esencial entre **comprender a alguien dentro de su desorden** y **acomodarse a él**. La empatía madura hace lo primero. Ve desde dentro cómo se ha vuelto posible una conducta, qué herida la sostiene, qué estrechez la hace repetirse. Pero precisamente por eso puede buscar una forma de respuesta que no refuerce ese círculo. La complicidad hace lo segundo: se acomoda, se adapta, gira alrededor de la herida, reordena la relación para no tocar demasiado lo que el otro no soporta. Poco a poco, la verdad y la libertad de ambos quedan subordinadas a la administración del sufrimiento de uno.

Esta subordinación puede ser muy sutil. Nadie dice: “tu herida manda.” Pero en la práctica manda. Manda en los tiempos, en los temas que pueden tocarse, en el tono, en lo que se permite cuestionar, en los límites que se pueden sostener, en el espacio que

ocupan las emociones de uno y de otro. La relación entera se curva alrededor del punto más vulnerable. Y aunque esto pueda parecer compasivo, suele ser profundamente injusto. Porque convierte la fragilidad en centro de gravedad absoluto y deja al resto sin forma legítima de comparecer.

La complicidad empática también tiene un efecto corrosivo sobre la verdad compartida. Cuando el sujeto entiende tanto al otro que ya no se atreve a contradecir su relato, la relación pierde gradualmente la capacidad de nombrar las cosas con precisión. Todo debe decirse de manera tan amortiguada, tan lateral o tan parcial, que ciertos núcleos de realidad quedan casi fuera de alcance. Se sigue hablando, sí. Se sigue comprendiendo mucho. Pero ya no se puede tocar lo más importante sin que la escena entera se vuelva demasiado costosa. La empatía, que debía abrir el camino a una relación más verdadera con el otro, ha terminado cerrándolo.

Este punto es decisivo. La verdadera empatía no tiene miedo a la verdad, aunque quiera introducirla sin crueldad. La complicidad sí le teme. Porque sabe, aunque no siempre lo admita, que la verdad podría desestabilizar la economía afectiva que ha construido. Podría obligar a decidir, a arriesgar, a dejar de administrar la herida para empezar a enfrentarla con más justicia. Y eso exige más valentía de la que muchas veces el vínculo ha cultivado.

Por eso la salida de esta deformación requiere una rectificación doble. Primero, recuperar la distinción entre comprensión y autorización moral. Ver la herida no significa cederle el gobierno del vínculo. Segundo, recuperar la responsabilidad de responder desde el bien y no sólo desde la compasión inmediata. Esto no implica endurecerse ni negar la historia del otro. Implica aprender a decir: “sé de dónde viene esto y precisamente por eso no quiero seguir

colaborando con ello"; "tu dolor es real, pero no puede seguir decidiendo por completo lo que aquí se permite"; "te comprendo mejor, y justamente por eso veo con más claridad que esto necesita un límite."

Estas frases no son frías. Son formas altas de fidelidad. Fidelidad al otro como alguien capaz de más que su herida, fidelidad a la verdad del daño y fidelidad también a uno mismo y a terceros que quedarían atrapados si la comprensión siguiera funcionando como excusa. La complicidad empática desaparece allí donde la comprensión recupera coraje moral.

Podría decirse que la empatía sana acompaña sin aliarse con el desorden. La empatía cómplice, en cambio, se vuelve una especie de amortiguador del malestar que ese desorden produce, sin tocar suficientemente su núcleo. Ayuda a soportar la situación, pero no a transformarla. Y una ayuda que sólo amortigua puede terminar siendo una forma refinada de abandono.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía se vuelve complicidad cuando la comprensión de la herida, la fragilidad o el contexto del otro debilita hasta tal punto el juicio y el límite que termina colaborando con la persistencia del daño, del autoengaño o de la irresponsabilidad que debía ayudar a iluminar.

Ésta es una de las deformaciones más difíciles de combatir porque se alimenta de algo real y valioso: la negativa a simplificar al otro. Pero cuando esa negativa se convierte en incapacidad de resistir lo que en él daña o se desordena, deja de ser una forma alta de humanidad y se transforma en una traición elegante al bien. Comprender mucho no debería hacernos menos capaces de

verdad, sino más responsables al ejercerla. Sólo ahí la empatía conserva su dignidad.

11.7. Cuando la empatía se vuelve narcisismo moral

Hay una deformación de la empatía especialmente sutil porque no siempre produce daño visible inmediato sobre el otro y, sin embargo, corrompe profundamente el sentido moral de la relación. Es aquella en la que la comprensión de la experiencia ajena deja de estar ordenada principalmente al otro y empieza a funcionar como alimento de la propia identidad moral. La empatía se convierte entonces en una forma de **narcisismo moral**: no se busca comprender sobre todo para hacer justicia a la alteridad, sino para verse y sentirse a sí mismo como alguien excepcionalmente sensible, profundo, bueno o superior a los demás.

Esta deformación es más difícil de reconocer que otras porque no se presenta bajo las figuras clásicas del poder o de la dureza. Puede coexistir con verdadera capacidad de escucha, con finura psicológica real, con lenguaje cuidadoso y con una presencia aparentemente muy humana. El problema no está primero en la inexistencia del acceso empático, sino en la reorganización secreta de su finalidad. El centro ya no es el otro como sujeto cuya experiencia comparece y debe ser recibida con verdad, sino el propio yo en cuanto portador de una sensibilidad moralmente valiosa. La relación con el dolor ajeno se convierte en espejo donde el sujeto confirma su propia excelencia afectiva.

Hay una razón profunda por la que esta deformación prospera fácilmente en nuestra época. La sensibilidad pública contemporánea concede un gran prestigio moral a ciertas formas visibles de receptividad emocional: escuchar, validar, conmoverse, captar heridas, nombrar vulnerabilidades, reaccionar con

delicadeza, mostrar una finura relacional superior a la del entorno. Todo ello puede ser muy valioso. Pero precisamente por ese prestigio, la empatía se vuelve también un recurso identitario. El sujeto aprende a reconocerse y a ser reconocido como "alguien muy empático". Y cuando esa identidad se consolida, la comprensión del otro empieza a quedar mezclada con la necesidad de sostener esa imagen.

En ese punto ocurre una inversión silenciosa. El otro sigue siendo escuchado, sí, pero ya no sólo como alguien que importa por sí mismo. Importa también como escenario en el que el sujeto se verifica a sí mismo como profundo, delicado o moralmente superior. El dolor ajeno no es sólo una realidad que interpela. Es también una oportunidad para confirmarse en una determinada autoimagen. La empatía deja de ser una salida de sí para convertirse en una forma sofisticada de autorrelación.

Esto puede adoptar formas muy diversas. Una de las más frecuentes es la **autoafirmación de la propia fineza**. El sujeto se siente distinto de los otros porque "ve lo que nadie ve", "entiende lo que otros simplifican", "capta heridas invisibles", "percibe matices afectivos que los demás atropellan". Puede haber algo de verdad en esta percepción. Pero si esa verdad se vuelve fuente principal de identidad, la relación con el otro se contamina. Ya no se escucha sólo para comprender, sino también para experimentar la propia superioridad respecto de quienes serían más toscos, más fríos o menos conscientes. La empatía se transforma en una forma refinada de vanidad.

Otra forma es la **conmoción autorreferencial**. El sujeto se emociona intensamente ante el sufrimiento ajeno, pero esa emoción empieza a ocupar el centro de la escena. Llora, se afecta,

se estremece, se siente profundamente tocado, y toda esa afectación puede ser sincera. Sin embargo, el foco se desplaza. Lo decisivo ya no es tanto el mundo del otro como la nobleza de la propia reacción ante él. El sujeto se siente bueno a través de su sensibilidad. Y cuando esto ocurre, el otro corre el riesgo de quedar usado como detonante de una experiencia moral gratificante para quien "empatiza". La compasión visible encubre una forma de autoabsorción.

Hay también un narcisismo empático de tono más sobrio y más intelectual. No se expresa necesariamente en grandes emociones, sino en una constante necesidad de **interpretar** a los demás. El sujeto se siente valioso porque lee bien, porque conecta causas invisibles, porque descubre heridas detrás de conductas, porque traduce lo no dicho, porque penetra el mundo interior ajeno con una agudeza que considera rara. No necesita dramatizar su afectividad; le basta con experimentar la satisfacción de ser psicológicamente más fino. En este caso la empatía se vuelve una forma de autoadmiración cognitiva. El otro es comprendido, sí, pero dentro de una escena donde el verdadero protagonista es la propia capacidad de comprender.

Esta deformación es especialmente peligrosa porque suele confundirse con profundidad moral. Y, sin embargo, tiene una estructura muy distinta. La profundidad moral auténtica crece a medida que la conciencia se descentra. El narcisismo empático, en cambio, usa la alteridad para volver a sí. Aunque haga ese rodeo a través de una escucha real, un acceso fino o una preocupación sincera, termina regresando continuamente al propio yo como centro de valorización: "qué sensible soy", "qué bien lo he entendido", "qué distinto soy de quienes no alcanzan esta

profundidad", "qué humano soy frente a la dureza ajena". La alteridad ya no descentra del todo; confirma.

Una de las señales más claras de esta deformación es la dificultad para tolerar que la propia comprensión no sea reconocida o agradecida. Cuando alguien ha hecho de su empatía parte importante de su identidad, necesita en algún grado que el otro confirme esa capacidad. No siempre de forma explícita. Pero sí espera ser sentido como alguien que ha entendido de verdad, que ha visto más hondo que otros, que ha ofrecido una presencia excepcionalmente lúcida o sensible. Si el otro no lo percibe así, si corrige la interpretación, si no se siente tan comprendido como el sujeto esperaba, o si simplemente recibe esa presencia sin gran reconocimiento, aparece una herida narcisista. La empatía ya no era pura acogida; estaba ligada a una demanda tácita de confirmación.

Éste es un criterio importante. La empatía auténtica quiere comprender mejor al otro, no ser confirmada por él como gran comprensora. Puede alegrarse cuando ayuda, desde luego. Puede agradecer que el otro se sienta acompañado. Pero no convierte ese resultado en fundamento de su valor. El narcisismo moral, en cambio, sí lo necesita. Por eso se resiente fácilmente cuando su "profundidad" no produce el efecto esperado. Allí se revela que el centro estaba más en la imagen del yo que en la alteridad misma.

Hay además una forma colectiva de este fenómeno. Grupos, comunidades o ambientes enteros pueden construir una identidad moral elevada sobre la base de considerarse especialmente empáticos, especialmente sensibles a ciertas heridas, especialmente capaces de reconocer sufrimientos invisibles. Esto puede producir bienes reales. Pero también puede derivar en una cultura de **autocelebración afectiva**, donde lo importante ya no es

sólo aliviar o comprender mejor a los otros, sino pertenecer al grupo de “los que sí sienten”, “los que sí entienden”, “los que están del lado correcto de la sensibilidad”. La empatía se vuelve así capital moral y, por tanto, fuente de distinción simbólica. Quien participa de ella no sólo ayuda: también ocupa una posición superior dentro del orden reputacional del grupo.

Esta conversión de la empatía en capital moral tiene efectos muy serios. Primero, introduce un incentivo para exhibir ciertas formas de sensibilidad aunque no estén plenamente integradas en la verdad o en la justicia. Segundo, dificulta la autocrítica, porque cuestionar una respuesta empática del grupo puede ser vivido como cuestionamiento de su identidad moral misma. Tercero, vuelve más probable la dureza hacia quienes no manejan los mismos códigos afectivos o no reaccionan con igual sofisticación. Paradójicamente, un ambiente obsesionado con su propia empatía puede volverse despiadado con quienes no la performan de manera reconocible.

Hay una relación íntima entre este narcisismo moral y la **teatralización del bien**. No porque toda expresión visible de afecto sea falsa, sino porque el sujeto empieza a necesitar que su receptividad al dolor ajeno sea vista, sabida o al menos interiormente contemplada por él mismo como rasgo de nobleza. La empatía deja de ser silenciosa en su intención. Aunque no siempre se exteriorice de modo ostentoso, se convierte en escena interna de autoaprobación. El yo se admira a sí mismo mientras comprende. Y ahí la alteridad ya ha sido parcialmente instrumentalizada.

Este problema se agrava cuando la persona empieza a preferir, sin advertirlo, aquellas situaciones en las que puede experimentar y mostrar su sensibilidad moral. No porque desee el mal del otro, desde luego, sino porque ciertos contextos de fragilidad le permiten

ocupar el lugar que más alimenta su identidad: el del que escucha mejor, siente más hondo, nombra con más precisión, acoge con más humanidad. Entonces puede volverse extrañamente dependiente de escenas donde su empatía tiene ocasión de desplegarse. La ayuda sigue existiendo, pero mezclada con una necesidad secreta de escenarios donde esa ayuda confirme al ayudador.

Aquí se toca una verdad muy incómoda: el bien hecho al otro puede mezclarse con gratificaciones narcisistas sin dejar de ser, en parte, bien. La cuestión moral no consiste en exigir purezas irreales, sino en vigilar la dirección dominante del acto. ¿Está el otro realmente en el centro, o la escena está organizada en el fondo para que el sujeto se sienta moralmente elevado? ¿La comprensión busca hacer justicia al otro, o busca también —y quizá sobre todo— producir una experiencia interna de superioridad sensible? Estas preguntas no son destructivas. Son formas de higiene moral. Porque sin ellas, una facultad valiosa puede quedar lentamente capturada por la lógica del autoensalzamiento.

Este narcisismo puede producir incluso una forma peculiar de crueldad. El sujeto tan enamorado de su propia sensibilidad se vuelve incapaz de reconocer que a veces su empatía es insuficiente, mal orientada o incluso invasiva. Se aferra a la convicción de estar "viendo más hondo" que los demás y, desde ahí, puede desoír objeciones, resistencias o rectificaciones del otro mismo. Como su autoimagen moral depende tanto de su finura empática, le resulta muy difícil aceptar que quizá no ha entendido bien, que ha interpretado demasiado o que ha convertido al otro en material de su propia profundidad. El narcisismo bloquea la corrección. Y una empatía sin posibilidad de corrección empieza a corromperse rápidamente.

También en el plano de la decisión moral esta deformación introduce problemas serios. Quien necesita verse como extremadamente empático tenderá a evitar actos que puedan poner en crisis esa imagen: decir una verdad dura, poner un límite firme, retirarse de un vínculo donde ya no puede ayudar sin dañarse, contradecir una narrativa de sufrimiento o resistir una demanda nacida de una herida real. No sólo porque le duela el conflicto, sino porque ese conflicto amenaza su identidad moral. Prefiere mantenerse en la escena noble de la comprensión antes que asumir el costo de una decisión justa que no se sentirá tan "empática" en el plano emocional inmediato. El narcisismo vuelve así a la empatía incapaz de ser atravesada por el bien cuando el bien duele.

Una señal muy fina de esta deformación es la tendencia a absolutizar la propia lectura del otro como si ésta fuese especialmente profunda, y a mirar con cierta condescendencia a quienes responden desde formas más sobrias de cuidado o de justicia. El sujeto narcisista no sólo comprende; **se sabe comprendiendo** y valora esa autoconciencia como rango moral. Desde ahí, la firmeza ajena le parece frialdad, la prudencia le parece tibieza y la justicia le parece dureza. No porque siempre lo sean, sino porque su propio esquema ha convertido la intensidad comprensiva en criterio tácito de superioridad. De este modo, la empatía deja de ser una facultad integrada en la arquitectura moral y pasa a ocupar un lugar jerárquicamente inflado dentro de la autoimagen del sujeto.

Todo esto muestra por qué la empatía necesita una virtud complementaria especialmente importante: la **desapropiación**. Comprender al otro y dejar inmediatamente de convertir esa comprensión en parte central de una identidad admirable. Escuchar sin embriagarse de la propia fineza. Ayudar sin contemplarse

demasiado ayudando. Ver sin usar la visión como capital simbólico. Ésta es una de las formas más altas de humildad. La verdadera empatía tiende a desaparecer un poco dentro del acto mismo de comprender, porque el centro está puesto fuera de sí. El narcisismo moral hace lo contrario: incluso cuando parece salir de sí, vuelve una y otra vez a admirarse a sí mismo saliendo.

La corrección de esta deformación no consiste en desconfiar de toda alegría interior por haber ayudado o comprendido bien. Eso sería artificioso. Hay una alegría legítima en haber estado a la altura de una situación humana difícil. El problema no está en toda satisfacción, sino en su régimen. Cuando la satisfacción se vuelve criterio de identidad, la empatía se envenena. Cuando permanece subordinada al bien realmente hecho al otro, puede ser una alegría limpia. La diferencia es sutil, pero decisiva.

Podría decirse que la empatía sana deja al yo más sobrio y al otro más real. La empatía narcisista deja al yo más admirado y al otro, aunque quizá ayudado en parte, también usado como ocasión para esa admiración. La primera disminuye el interés por uno mismo dentro del acto. La segunda lo alimenta a través del acto. Ésta es probablemente la diferencia más exacta.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía se vuelve narcisismo moral cuando la comprensión de la experiencia ajena deja de ordenarse principalmente al reconocimiento y al bien del otro y comienza a funcionar como soporte de una identidad autoidealizada de sensibilidad, profundidad o superioridad moral.

Ésta es una deformación particularmente sutil porque puede coexistir con comprensión real y con actos externamente valiosos.

Pero precisamente por eso exige vigilancia. No basta con ayudar o comprender; hay que preguntarse también qué hace el yo consigo mismo mientras lo hace. Allí se juega una gran parte de la verdad moral de la empatía. Porque no toda sensibilidad elevada desinteresa del yo. A veces sólo lo enriquece con una forma más refinada de amor propio. Y la verdadera salida de sí, que es la esencia más noble de la empatía, comienza justamente cuando esa tentación es resistida.

11.8. Cuando la empatía se vuelve fatiga

No todas las deformaciones de la empatía nacen de exceso de blandura, de deseo de poder o de desorden narcisista. Algunas nacen del desgaste. La empatía puede no sólo desviarse; puede también **agotarse**. Y este agotamiento merece un análisis propio, porque a menudo produce un fenómeno moralmente ambiguo: el sujeto no ha dejado de valorar al otro ni ha renunciado explícitamente al bien, pero ha perdido la capacidad viva de dejarse afectar y de sostener una apertura real a la experiencia ajena. Lo que aparece entonces no es exactamente crueldad, sino **fatiga**. Y cuando la fatiga se estabiliza, la empatía corre el riesgo de volverse anestesia.

Esta deformación es especialmente importante porque suele ser mal comprendida. A veces se la interpreta como simple falta de bondad: “ya no le importa nadie”, “se ha endurecido”, “ha perdido la humanidad”. Otras veces, en el extremo contrario, se la romantiza como precio inevitable de una gran sensibilidad: cuanto más se ha sentido, más legítimo parecería el derecho a cerrarse. Ninguna de las dos lecturas basta. La fatiga empática es un fenómeno más complejo. Puede contener elementos de desgaste real, de sobreexposición al sufrimiento, de responsabilidad mal distribuida,

de falta de límites, de saturación emocional y, en algunos casos, también de desorden previo en la manera de comprender y cargar con el otro.

La empatía se fatiga cuando la conciencia ha sido expuesta durante demasiado tiempo, o de manera demasiado intensa, a mundos ajenos de dolor, necesidad, demanda, conflicto o desorganización sin haber podido integrar esa exposición en una forma estable de vida interior. La alteridad se vuelve entonces excesiva no por ser mala, sino por haber dejado de ser metabolizable. El sujeto ya no puede seguir entrando en la experiencia ajena sin pagar un precio demasiado alto en energía, claridad o estabilidad afectiva. Lo que primero era apertura se convierte poco a poco en saturación. Y la saturación busca defenderse.

Esta defensa puede adoptar varias formas. A veces aparece como **distanciamiento mecánico**: se sigue escuchando, se sigue respondiendo, incluso se sigue ayudando, pero ya sin verdadera presencia interior. La relación se vuelve funcional. El otro es atendido, pero no realmente recibido. Otras veces aparece como **irritación creciente**: dolores que antes despertaban comprensión empiezan a provocar cansancio, impaciencia o rechazo. Lo que se repite demasiado se vuelve insoportable. También puede aparecer como **embotamiento**: el sufrimiento ajeno ya no conmueve, no porque se lo niegue, sino porque ha perdido capacidad de atravesar la piel moral del sujeto. Hay escucha, pero sin espesor. Hay respuesta, pero sin vida.

Este agotamiento tiene una paradoja importante. La empatía, en su forma sana, ensancha el mundo moral. Permite que más experiencias ajenas entren en nuestro horizonte. Pero precisamente por eso puede exponer al sujeto a una sobrecarga si no está

acompañada por otras facultades: límite, prudencia, responsabilidad diferenciada, capacidad de retirada legítima, sentido de medida. Cuando esas mediaciones faltan, el sujeto empático queda demasiado abierto. Todo le entra. Todo lo toca. Todo le pesa. Y llega un momento en que ya no puede sostener ese régimen de exposición. Entonces la sensibilidad misma activa un mecanismo de autoprotección: se endurece un poco para no colapsar.

Hay aquí una diferencia muy importante entre **fatiga empática** y simple frialdad originaria. El frío originario apenas se abre. El fatigado se ha abierto demasiado o de manera mal sostenida. Por eso su cierre posterior suele estar cargado de decepción, culpa o amargura. No siempre se ha vuelto cínico. A veces, incluso, sigue sabiendo muy bien lo que debería sentir o comprender, pero constata que ya no puede. Esa distancia entre el ideal interior y la capacidad real de apertura produce una herida moral peculiar. El sujeto puede empezar a despreciarse por no responder como antes, o a endurecerse aún más para no sentir esa insuficiencia como fracaso.

La fatiga empática aparece con particular claridad en oficios y vínculos de exposición continuada al sufrimiento: cuidado de enfermos, trabajo clínico, docencia en contextos de alta vulnerabilidad, acompañamiento espiritual, trabajo social, maternidades o paternidades desbordadas, relaciones afectivas donde uno carga sostenidamente con la desorganización del otro. Pero no se limita a esos contextos. También puede surgir en la vida ordinaria cuando una persona se convierte en receptor casi permanente de dolores, crisis, demandas, conflictos o relatos

ajenos sin contar con la distancia y la forma necesarias para no ser interiormente erosionada por ellos.

Una de las causas más profundas de esta fatiga es la **confusión entre empatía y disponibilidad ilimitada**. Cuando el sujeto cree que comprender al otro implica estar siempre abierto, siempre accesible, siempre presente, siempre dispuesto a dejarse afectar, termina por perder el control del umbral. Ya no sabe graduar la entrada del otro en su vida interior. Todo parece igualmente urgente. Todo parece igualmente moralmente obligatorio. Pero una conciencia no puede vivir indefinidamente así sin romperse. La empatía necesita ritmo. Necesita respiración. Necesita poder abrirse y cerrarse sin culpa. Cuando esta oscilación legítima es vivida como traición, el sujeto queda sometido a una exposición continua que tarde o temprano produce desgaste.

Hay una deformación moral específica ligada a esto: la **culpabilización del descanso interior**. Muchas personas empáticamente muy abiertas sienten que retirarse, tomar distancia, no querer escuchar más por un tiempo, o no poder cargar con una nueva escena dolorosa equivale a convertirse en malas personas. Se reprochan el límite como si fuera egoísmo. Y, precisamente por no concederse ese límite a tiempo, terminan alcanzándolo tarde y mal, en forma de anestesia, irritación o rechazo brusco. La falta de descanso moralmente legitimado produce colapso afectivo. El problema no es haber descansado demasiado; es no haber sabido descansar a tiempo.

Por eso conviene afirmar con fuerza una verdad difícil: **la empatía necesita economía interior**. No en el sentido miserable de calcular siempre cuánto doy, sino en el sentido más serio de reconocer que la vida afectiva y moral del sujeto no es infinita, que la exposición

constante desgasta y que sostener una apertura verdadera exige también saber protegerla. Quien quiere estar siempre completamente disponible para toda herida termina muchas veces no estando de verdad para ninguna, porque se vacía antes de poder integrar lo que recibe. La fatiga empática es, en este sentido, una protesta de la realidad contra una falsa idea de generosidad ilimitada.

Existe además una relación estrecha entre esta fatiga y la repetición. El sufrimiento singular puede conmover. El sufrimiento repetido, sobre todo cuando parece no transformarse, puede producir una mezcla de impotencia y desgaste muy difícil de sostener. El sujeto empieza a sentir que entra una y otra vez en el mismo circuito: escucha, comprende, acompaña, sostiene, y sin embargo lo mismo vuelve, la misma herida reaparece, la misma desorganización reaprende, la misma demanda retorna. Entonces el acceso empático comienza a teñirse de desánimo. No sólo pesa el dolor del otro; pesa también la percepción de que ese dolor no encuentra salida o de que la propia presencia no basta para transformarlo. La empatía se erosiona no sólo por exceso de dolor, sino por repetición sin horizonte.

Aquí aparece una diferencia muy importante entre empatía y omnipotencia. Una empatía mal ordenada suele mezclarse con la fantasía tácita de que comprender mucho debería bastar para ayudar decisivamente. Cuando esa expectativa fracasa una y otra vez, la fatiga se acelera. El sujeto no sólo carga con el sufrimiento ajeno; carga también con la frustración de no haber podido aliviarlo, resolverlo o redimirlo. Esta mezcla resulta devastadora. Porque el otro duele, y además el propio fracaso parece adherirse a ese dolor.

Si la empatía no está acompañada por una aceptación sobria de su propio límite, se vuelve mucho más vulnerable al agotamiento.

La fatiga empática puede producir entonces una defensa muy característica: la **reducción del otro a caso repetido**. Ya no comparece como singularidad real, sino como ejemplar de una estructura conocida: otro duelo, otra crisis, otra dependencia, otra escena de victimización, otra historia de abandono, otro colapso. Esta reducción no nace necesariamente de desprecio. Nace de saturación. La singularidad deja de poder abrirse paso porque la conciencia está ya poblada de demasiados ecos semejantes. El sujeto se protege generalizando. Y al generalizar, deja de recibir plenamente. La empatía se ha vuelto rutina defensiva.

Esto es especialmente grave en profesiones de cuidado, pero también puede aparecer en la vida íntima. Quien ha acompañado demasiadas veces una misma fragilidad o ha soportado demasiado tiempo una misma desorganización del otro puede empezar a escuchar ya no lo que ocurre ahora, sino un patrón repetido que lo exaspera o lo embota. Y aunque el patrón exista, la pérdida de acceso a la singularidad del presente empobrece gravemente la relación moral. La persona deja de sentirse vista; se siente colocada dentro de una categoría funcional: el dependiente, el deprimido, el ansioso, el inestable, el que siempre vuelve a lo mismo. La fatiga ha convertido la comprensión en clasificación.

Hay además una forma más silenciosa de esta deformación: la **fatiga compasiva consigo misma**. El sujeto se juzga por haberse cansado. Sabe que el otro sufre, sabe que debería poder seguir ahí, sabe incluso que buena parte de su desgaste proviene de haber querido demasiado bien. Pero no logra concederse legitimidad para estar exhausto. Entonces se divide interiormente: una parte ya no

puede, la otra lo acusa por no poder. Esta división consume todavía más energía y puede acelerar la anestesia. Porque una conciencia ocupada en culparse por no sentir ya no tiene casi espacio para volver a sentir de manera verdadera.

Esto muestra por qué el agotamiento empático no se resuelve sólo con más exhortación moral. Decir a quien está saturado que "debe tener más empatía" suele ser cruel e inútil. A veces lo que necesita no es más obligación de abrirse, sino una reeducación de su forma de abrirse. Necesita límites más claros, responsabilidad mejor distribuida, renuncia a la omnipotencia, permiso interior para no estar siempre disponible, formas de presencia menos absorbentes y una comprensión más lúcida de qué le corresponde y qué no. La fatiga no siempre se cura sintiendo más, sino ordenando mejor.

También conviene distinguir entre **fatiga de la empatía** y **lucidez moral más sobria**. No todo descenso en la intensidad de la afectación es patológico. A veces el sujeto aprende a acompañar sin ser arrastrado, a comprender sin estremecerse tanto, a no confundir presencia con desborde. Esa sobriedad puede parecer, desde fuera o desde una autoimagen más antigua, una pérdida de sensibilidad. Y no lo es. Al contrario: puede ser señal de una integración más madura. La verdadera fatiga no se reconoce sólo porque uno siente menos intensamente, sino porque ha perdido calidad de presencia, capacidad de apertura o legitimidad interior para recibir al otro sin irritación o vacío. La maduración ordena. La fatiga embota.

Esto es importante porque muchas personas muy sensibles temen endurecerse y, por ese temor, no se permiten desarrollar una forma más sobria de empatía. Quieren seguir sintiendo con la misma intensidad para no traicionarse. Pero esa intensidad puede no ser sostenible. Y forzarla puede conducir justamente al resultado que

querían evitar: colapso, cierre, hartazgo. La sensibilidad madura no siempre siente más. A veces siente con más medida, con menos dramatismo interno y con más estabilidad. Esa transformación no debe confundirse con traición al otro. Puede ser precisamente la condición para seguir estando ahí sin destruirse.

La fatiga empática tiene también una relación importante con la justicia. Cuando el sujeto está agotado, tiende a responder peor, a simplificar más, a irritarse antes, a repartir su atención de manera más desigual, a escuchar con menos paciencia a quienes le exigen más y, a menudo, a favorecer sin darse cuenta a quienes requieren menos esfuerzo comprensivo. El cansancio no es moralmente neutro. Afecta la calidad del juicio, la capacidad de presencia y la distribución de la atención. Por eso una ética seria de la empatía no puede desentenderse de las condiciones reales que la sostienen: tiempo, límites, reciprocidad, descanso, comunidad, sentido de responsabilidad compartida. No basta idealizar la apertura. Hay que cuidar también el suelo que la hace posible.

Podría decirse que la empatía fatigada deja de ser un puente y se convierte en peso. El otro ya no aparece como alguien a quien recibir, sino como una nueva carga que amenaza una estructura interior demasiado tensa. En ese punto la apertura se vuelve defensiva o imposible. Y si el sujeto no reconoce este proceso con lucidez, puede terminar oscilando entre dos extremos igual de dañinos: o se fuerza a una disponibilidad heroica que lo vacía aún más, o se encierra bruscamente y empieza a despreciar el mismo mundo humano al que antes se había entregado con exceso.

La corrección de esta deformación exige, por tanto, una ética del cuidado de la facultad misma. No para volverla autorreferencial, sino para que siga siendo fecunda. La empatía no debe ser gastada

como si fuera un recurso infinito. Debe ser sostenida por una vida interior que sepa limitar, elegir, dosificar, compartir cargas, aceptar la propia finitud y renunciar a la fantasía de salvarlo todo. Quien quiere preservar una gran capacidad de apertura debe aprender también a protegerla de usos desordenados. No hay contradicción entre ambas cosas. La contradicción real está entre idealizar la disponibilidad sin medida y lamentarse luego de la anestesia que ella misma produce.

Hay una frase especialmente importante que aquí debería quedar firme: **no toda retirada es traición; algunas retiradas son condición de una presencia futura más verdadera**. Esto vale tanto para profesiones de cuidado como para vínculos íntimos. Saber apartarse un poco, respirar, dejar de cargar por un tiempo o devolver al otro una parte de la responsabilidad que indebidamente hemos absorbido no siempre significa amar menos o comprender menos. A veces significa negarse a seguir alimentando una forma de relación donde uno ya no puede estar sin perder verdad y libertad interior. La empatía necesita esta legitimidad del intervalo.

La fatiga también obliga a revisar una cierta moral heroica del sufrimiento compartido. No es verdad que cuanto más se sufre con el otro, mejor se lo acompaña. A veces sufrir demasiado con el otro vuelve imposible la continuidad del cuidado. La verdadera grandeza moral no está siempre en dejarse atravesar sin límite, sino en sostener una presencia lo bastante viva y lo bastante ordenada como para no colapsar. Hay una forma de modestia muy profunda en aceptar que no todo puede ser sentido con la misma intensidad y que cuidar bien requiere también saber cuánto puede soportar la propia estructura interior.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía se vuelve fatiga cuando la apertura a la experiencia ajena se sostiene sin medida, sin límite o sin integración suficiente, hasta desgastar la capacidad real de presencia y transformarla en embotamiento, irritación o anestesia defensiva.

Ésta es una deformación especialmente importante porque no siempre nace de una mala intención, sino a menudo de una comprensión mal ordenada del deber de apertura. Por eso exige una corrección sobria y no moralista. La solución no es sentir menos por principio, sino aprender a sentir con forma, con límite y con verdad. Sólo así la empatía puede seguir siendo una vía de humanización y no terminar convertida en su contrario: una sensibilidad exhausta que ya no puede recibir al otro sin empezar a cerrarse por dentro.

11.9. Cuando la empatía se vuelve ideología

Hay una deformación todavía más amplia y, en cierto sentido, más peligrosa que muchas de las anteriores, porque ya no afecta sólo al ejercicio individual de la empatía, sino al concepto mismo. Ocurre cuando la empatía deja de ser una facultad humana concreta, con su verdad y sus límites, y se transforma en una palabra moralmente inflada que pretende resolver por sí sola discusiones, jerarquizar personas y distribuir legitimidad. En ese punto ya no estamos sólo ante una empatía mal ejercida, sino ante una **empatía ideologizada**. La facultad se convierte en consigna. Y la consigna empieza a sustituir al pensamiento.

La ideología de la empatía nace cuando el término deja de nombrar con precisión una operación del espíritu —comprender la experiencia ajena desde su perspectiva— y empieza a funcionar como signo global de bondad, de superioridad moral o de pertenencia al lado correcto de la sensibilidad. “Tener empatía” ya

no significa, en primer lugar, un trabajo de apertura y comprensión. Significa ser de los buenos. Y "carecer de empatía" deja de describir un fracaso concreto de la relación con la alteridad para convertirse en un modo expeditivo de desautorizar a quien introduce una verdad incómoda, una reserva crítica o una medida de justicia no coincidente con la emoción dominante del momento.

Aquí aparece una inversión decisiva. La empatía, que debería hacer más difícil la simplificación del otro, se convierte en herramienta de simplificación moral del discrepante. Ya no se usa para comprender mejor una situación humana, sino para dividir el espacio en quienes "sí entienden" y quienes "no sienten", quienes "acompañan" y quienes "agreden", quienes "escuchan" y quienes "juzgan". El concepto deja de abrir complejidad y pasa a clausurarla. Se convierte en un arma simbólica de gran eficacia: basta invocarlo para producir una superioridad moral inmediata sin necesidad de argumentar mucho más.

Ésta es una de las razones por las que la empatía ideologizada resulta tan seductora. Ofrece una forma rápida de legitimidad. No exige siempre haber comprendido mejor; basta con ocupar la posición visible del que parece comprender más. No exige siempre haber pensado mejor; basta con adoptar el lenguaje correcto de la sensibilidad. No exige siempre responder de manera más justa; basta con identificarse públicamente con la parte del dolor más reconocible. La ideología de la empatía permite así una moralidad de superficie muy eficaz: se está del lado del sufrimiento visible, se usa el vocabulario adecuado y se adquiere de inmediato un crédito moral difícil de discutir sin correr el riesgo de parecer cruel.

En ese clima, la palabra "empatía" empieza a funcionar de un modo casi mágico. Ya no nombra una facultad frágil, limitada, educable y

expuesta a deformaciones. Nombra una especie de bien total. Y como todo bien total inflado, se vuelve rápidamente opaco. Abarca demasiado. Se la invoca para pedir comprensión, para exigir validación, para impedir el juicio, para desacreditar el disenso, para reclamar adhesión narrativa, para sostener una autoimagen o para presentarse como moralmente incontestable. El término gana poder retórico a medida que pierde contorno conceptual.

La ideologización se reconoce por varios signos. El primero es la **imprecisión moralmente rentable**. Ya no se distingue entre comprender, compadecer, aprobar, justificar, perdonar, solidarizarse, tolerar o amar. Todo eso queda absorbido bajo el nombre de empatía. Y precisamente esa confusión es lo que vuelve tan útil a la palabra. Porque permite moverse de una exigencia mínima a otra máxima sin declarar el salto. Se pide primero "comprensión" y, si alguien la ofrece pero introduce una crítica, se le acusa de falta de "empatía", como si el desacuerdo demostrara la ausencia de la comprensión inicial. El concepto se vuelve así una superficie resbaladiza donde los niveles no están diferenciados y, por tanto, cualquier resistencia puede ser moralmente descalificada.

El segundo signo es la **suspensión de la discusión por saturación afectiva**. La escena funciona así: alguien presenta una experiencia de daño, de herida o de vulnerabilidad; esa experiencia reclama, con razón, ser recibida con seriedad; pero rápidamente la exigencia de recepción se expande hasta convertirse en una inhibición de toda pregunta por la verdad sobre la experiencia, por el contexto, por los hechos o por los otros implicados. Ya no basta con no negar el dolor. También debe evitarse todo lo que pueda sonar a matiz, a contraste o a examen. La empatía ideologizada transforma la fragilidad

comparecida en una especie de zona de inmunidad argumentativa. Y así, lo que debía servir a una mejor comprensión acaba sirviendo a la clausura de la razón.

El tercer signo es la **conversión de la sensibilidad en marcador identitario**. No se trata ya sólo de comprender mejor al otro, sino de ser reconocido como alguien que pertenece a la comunidad de los sensibles, de los que "sí ven", "sí acompañan", "sí se dejan afectar". La empatía se vuelve entonces una insignia moral. Y toda insignia moral crea tentación de ortodoxia. Lo decisivo deja de ser la verdad concreta de una situación y pasa a ser también el hecho de no quedar fuera del grupo de los moralmente perceptivos. La facultad, que en su núcleo debería descentralizar al yo, termina funcionando como un medio muy eficaz de autorreconocimiento colectivo.

Esta dimensión identitaria explica por qué la ideología de la empatía suele ser tan hostil a la autocrítica. Si la empatía no es ya una facultad limitada sino un signo de pertenencia al bien, entonces cuestionar su uso concreto en un caso determinado resulta casi equivalente a cuestionar la bondad del grupo o del sujeto que la invoca. La crítica se vuelve emocionalmente costosa. Aparece como una amenaza no sólo contra una respuesta particular, sino contra la identidad moral entera de quienes se piensan del lado de la sensibilidad justa. Y así el concepto, en vez de abrir una escuela de humildad, genera una cultura de susceptibilidad moral.

Hay además una relación íntima entre empatía ideologizada y **moralización de la percepción**. Esto significa que ya no se examina tanto si algo es verdadero, justo o bien interpretado, sino si la posición adoptada expresa suficientemente la sensibilidad esperada. Se puede acertar en el análisis y ser condenado por no sonar empático. Se puede equivocar gravemente el juicio y ser

celebrado por haber mostrado la afectación adecuada. El criterio se desplaza desde la estructura del pensamiento hacia la forma visible de la sensibilidad. El bien se vuelve performativo. Y una vez que esto ocurre, la empatía ha dejado de ser una facultad moral para convertirse en una estética moral.

Esta estética tiene consecuencias muy serias. Premia ciertas modulaciones del lenguaje, ciertas formas de reacción, ciertos gestos de validación y ciertas identificaciones públicas con el dolor. No siempre premia la verdad. Y, sobre todo, dificulta la aparición de una figura moral cada vez más rara: la de quien comprende profundamente y, justamente por eso, introduce una diferencia incómoda. La ideología de la empatía soporta mal a esa figura, porque la interpreta como frialdad. No logra aceptar que una comprensión auténtica pueda llevar no sólo a acoger, sino también a contrariar, a limitar, a distinguir o a negar una conclusión indebida. Ha confundido para siempre comprensión con alineación afectiva.

Esto la vuelve especialmente débil frente al conflicto. Porque en los conflictos reales no hay una sola experiencia que deba ser recibida, sino varias, a menudo incompatibles entre sí en su primera forma narrativa. La ideología de la empatía tiende a privilegiar una de ellas —normalmente la más visible, la más legible o la que mejor encaja en el repertorio afectivo dominante— y convierte esa experiencia en núcleo legitimador del juicio entero. Las otras comparecen ya empobrecidas, moralmente sospechosas o directamente desautorizadas por no ajustarse a la escena correcta del sufrimiento reconocible. Así, la empatía ideologizada no pacifica el conflicto. Lo simplifica bajo una forma moralmente prestigiosa.

También hay una conexión importante entre esta ideología y la lógica mediática. Los entornos de alta exposición simbólica favorecen

respuestas rápidas, legibles, visiblemente alineadas con la sensibilidad correcta. No hay tiempo ni espacio para el trabajo lento de distinguir entre verdad de la experiencia y verdad sobre la experiencia, entre comprensión y juicio, entre dolor y bien. La palabra "empatía" funciona entonces de maravilla como condensador moral. Produce inmediatamente una posición, una legitimidad y una evaluación del que no la muestra de manera reconocible. El problema no es que la vida pública necesite sensibilidad; es que la sensibilidad, separada del rigor, se vuelve administrable por los ritmos del espectáculo.

Por eso la ideologización de la empatía es una gran enemiga de la propia empatía real. La empobrece. La vuelve previsible, obligatoria, superficialmente codificada. Sustituye la comprensión trabajosa del otro por la adhesión a un repertorio afectivo normado. Ya no se trata de entrar en la alteridad concreta, con toda su dificultad, sus límites y sus tensiones con la verdad. Se trata de responder como "debe responder" alguien bueno frente a ciertas escenas. La empatía, en vez de ser descubrimiento del otro, se convierte en protocolo moral. Y un protocolo nunca alcanza la hondura de una facultad viva.

La consecuencia más grave quizá sea ésta: la ideología de la empatía impide que la facultad aprenda de sus propias deformaciones. Si la empatía es vista siempre como bien autoevidente y total, ya no hay espacio para examinar sus parcialidades, sus usos de poder, sus invasiones, sus complicidades, sus narcisismos o sus fatigas. Toda crítica a esos fenómenos parece ya un ataque contra el bien mismo. Pero precisamente una facultad tan frágil y tan valiosa necesita poder ser criticada. Necesita ser liberada de su inflación para no quedar presa

de ella. La ideología, en cambio, la inmoviliza en una posición sacralizada donde ya no puede ser educada.

Hay una diferencia esencial entre una cultura que **valora la empatía** y una cultura que **idolatra la empatía**. La primera intenta cultivar en las personas la capacidad de no cosificar al otro, de escuchar mejor, de comprender más profundamente antes de juzgar. La segunda convierte la palabra en criterio supremo de legitimidad moral y, al hacerlo, la arranca de la arquitectura más amplia donde debería estar integrada. Valorar una facultad permite corregirla. Idolatrarla lo impide. Y una facultad no corregida tiende a corromperse.

La salida de esta deformación exige una recuperación de la precisión conceptual y del coraje intelectual. Precisión conceptual, para distinguir de nuevo empatía de validación, de justificación, de adhesión narrativa, de superioridad moral y de identidad grupal. Coraje intelectual, para sostener que comprender no elimina la necesidad de pensar, de contrastar, de juzgar y de decidir. Sin estas dos tareas, la palabra seguirá siendo rentable como consigna y pobre como concepto.

También exige una virtud muy rara: la capacidad de recibir una experiencia herida con toda seriedad sin convertir automáticamente esa recepción en obediencia interpretativa. Ésta es una forma de respeto más alta que la condescendencia afectiva. Porque trata al otro como alguien cuya experiencia importa realmente, pero que no por eso queda por encima de la verdad compartida, ni exento de la complejidad de la justicia, ni autorizado a ocupar por entero el espacio moral con la sola fuerza de su dolor. La ideología de la empatía no soporta bien esta posición. La considera insuficientemente “humana”. Pero en realidad es más humana y más rigurosa a la vez.

Podría decirse que la empatía ideologizada es el destino retórico de una facultad mal pensada. Se infla porque se la separa de sus límites. Se vuelve consigna porque se la despoja de su estructura. Y después se la usa para todo: para acallar, para distinguir a los buenos, para proteger relatos, para evitar el conflicto o para acumular prestigio. Frente a esto, la única respuesta seria no es abandonar la empatía, sino devolverla a su lugar. Volver a decir con precisión qué hace, qué no hace, qué corrige y qué no puede sustituir.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía se vuelve ideología cuando deja de nombrar una facultad limitada de comprensión de la experiencia ajena y pasa a funcionar como signo global de bondad, pertenencia moral y legitimidad retórica, sustituyendo la distinción, el juicio y la búsqueda de verdad por la autoridad simbólica de la sensibilidad proclamada.

Ésta es una de las deformaciones más amplias porque no afecta sólo a actos particulares, sino al clima entero en que el concepto circula. Y por eso exige una respuesta igualmente amplia: una pedagogía de la precisión, una ética del discernimiento y una defensa sobria de la verdad frente a la inflación sentimental del vocabulario moral. Sólo así la empatía puede ser recuperada como lo que realmente es: una facultad preciosa, frágil y limitada, no una palabra total encargada de reemplazar el trabajo entero del espíritu.

11.10. El rasgo común de todas las deformaciones

Después de recorrer tantas deformaciones —sentimentalismo, poder, parcialidad, invasión, autoanulación, complicidad, narcisismo moral, fatiga e ideologización— conviene detenerse y

preguntar qué tienen en común. Porque, aunque a primera vista parecen desviaciones muy distintas, todas brotan de una misma pérdida de forma. En todas ellas la empatía deja de ocupar su lugar exacto. O bien quiere demasiado, o bien soporta demasiado, o bien se extiende más allá de sus límites, o bien se pliega a finalidades que no le corresponden. En todos los casos, el problema de fondo es el mismo: **la empatía deja de ser una mediación ordenada hacia la alteridad y se convierte en una fuerza sin suficiente integración moral**.

Ésta es la clave. La empatía, en su verdad más alta, no es una soberana. Es una mediación. Abre acceso al otro, pero no decide sola la verdad, el bien, la justicia, el límite ni la respuesta final. Cuando acepta este lugar, humaniza la vida moral. Cuando lo rechaza —ya sea por exceso o por defecto—, empieza a deformarse. El sentimentalismo la absolutiza afectivamente. La instrumentalización la pone al servicio del poder. La parcialidad la encierra en la semejanza. La invasión confunde cercanía con derecho a penetrar. La autoanulación transforma el descentramiento en desposesión del yo. La complicidad deja que la comprensión destruya la resistencia al mal. El narcisismo moral la usa para engrandecer la identidad propia. La fatiga revela que fue ejercida sin medida. La ideologización la convierte en consigna total. Distintas formas, un mismo desorden: la empatía deja de ser una facultad integrada y comienza a operar sin su arquitectura.

Por eso puede decirse que todas sus deformaciones nacen de una ruptura del equilibrio entre tres polos que deben permanecer unidos: **alteridad, verdad y límite**.

La empatía sana conserva la alteridad: el otro sigue siendo otro, no espejo, no objeto, no material para el propio drama moral.

Conserva la verdad: la comprensión del mundo ajeno no suplanta el discernimiento sobre lo que es real, justo o debido. Y conserva el límite: ni el otro puede ser absorbido por mí, ni yo por él, ni la experiencia puede reclamar soberanía absoluta sobre la respuesta moral.

Cada deformación rompe uno o varios de estos polos. Cuando se pierde la alteridad, aparecen la invasión, la identificación, el poder o el narcisismo. Cuando se pierde la verdad, aparecen el sentimentalismo, la complicidad o la ideologización. Cuando se pierde el límite, aparecen la autoanulación, la fatiga o ciertas formas de manipulación afectiva. El mapa entero de las patologías empáticas puede leerse así: no son fallos aislados, sino modos distintos de olvidar una misma estructura.

Esto permite comprender algo muy importante: la empatía no se corrompe sólo cuando falta, sino también cuando **se desordena**. A veces se piensa que el problema moral consiste simplemente en tener poca empatía. Pero ya se ha visto que también puede haber demasiada proximidad sin forma, demasiada comprensión sin juicio, demasiada resonancia sin límite, demasiada sensibilidad sin verdad, demasiada hondura psicológica sin respeto. El mal no está sólo en el déficit. Está también en el exceso mal articulado. La empatía necesita no sólo intensidad, sino composición.

Aquí aparece una enseñanza filosófica de gran valor. Las facultades humanas más nobles son también las más vulnerables a la corrupción precisamente porque tocan bienes reales. No se deforma lo insignificante. Se deforma lo importante. La empatía puede corromperse porque abre algo muy grande: la posibilidad de que el otro deje de ser mera exterioridad y comparezca como alguien. Precisamente por eso, si esa apertura no es gobernada por

una arquitectura moral más amplia, se vuelve inestable. Toda gran facultad humana necesita forma. La empatía no es excepción.

Puede decirse incluso que sus deformaciones prueban indirectamente su grandeza. Si pudiera ser sustituida fácilmente por reglas, no sería tan peligrosa cuando se desordena. Si fuera sólo emoción blanda, no podría convertirse en instrumento de poder, ni en régimen de invasión, ni en coartada moral. Si fuera sólo técnica psicológica, no podría alimentar identidad, superioridad simbólica o complicidad tan profunda. La variedad de sus corrupciones muestra que estamos ante una facultad de gran rango antropológico. Precisamente por eso necesita una vigilancia igualmente alta.

Hay otra consecuencia importante. No basta con denunciar cada deformación por separado. Hace falta comprender el **movimiento interior** por el cual la empatía pasa de ser apertura al otro a convertirse en una forma de olvido del otro. Y ese movimiento puede describirse así: en lugar de dejar que la experiencia ajena comparezca dentro de una conciencia ordenada, el sujeto empieza a usar esa comparecencia para otra cosa. Para sentirse bueno. Para no decidir. Para dominar. Para evitar conflicto. Para no sentir culpa. Para pertenecer al lado correcto. Para no perder al otro. Para no perderse a sí mismo. Para sostener una identidad. La alteridad deja entonces de ser fin y pasa a ser medio, aunque el medio sea muy sofisticado y muy moralizado. Ésta es la traición interna de la empatía deformada.

Por eso el criterio decisivo no es sólo preguntar cuánto comprende alguien, sino **para qué sirve en él esa comprensión**. ¿Sirve para dejar al otro más libremente presente? ¿Para responder mejor? ¿Para juzgar con más verdad y menos barbarie? ¿O sirve para otra economía interior: sentirse mejor, controlar más, evitar límites,

protegerse del conflicto, sostener una imagen, no revisar una narrativa? Esta pregunta corta las apariencias. Porque dos sujetos pueden mostrar una fineza empática muy semejante y, sin embargo, habitarla moralmente de maneras opuestas. El centro no está en la sofisticación del acceso, sino en la orientación de la facultad.

Esto permite formular también un criterio positivo de salud. La empatía sana no elimina tensiones; las mantiene ordenadas. Mantiene la cercanía sin fusión. Mantiene la comprensión sin capitulación. Mantiene la sensibilidad sin soberanía afectiva. Mantiene la salida de sí sin pérdida del propio centro. Mantiene la atención al otro sin apropiarse de su interioridad. Mantiene el reconocimiento del daño sin renunciar al juicio. Mantiene la presencia sin agotarse en disponibilidad ilimitada. En otras palabras: la empatía sana no simplifica la vida moral. La vuelve más compleja, pero de una complejidad habitable.

Las deformaciones aparecen justamente cuando el sujeto ya no tolera esa complejidad. Quiere una solución más fácil. Quiere no juzgar para no herir. Quiere comprender para no decidir. Quiere entrar tanto en el otro que ya no haya distancia. Quiere sentirse tan bueno que la comprensión se vuelva prueba de superioridad. Quiere responder a todo sin límite. Quiere proteger tanto la herida que ya no puede corregirla. Quiere hacer de la sensibilidad una identidad. En todos esos casos hay una huida del equilibrio. Y toda huida del equilibrio produce una caricatura de virtud.

Ésta es una lección moral de máxima importancia: **la virtud no se deforma sólo por ausencia, sino también por unilateralidad**. La empatía se vuelve falsa no sólo cuando se la niega, sino cuando se la separa de aquello que debe acompañarla. Separada de la verdad, se sentimentaliza. Separada del respeto, invade. Separada de la

justicia, se vuelve parcial. Separada del límite, se agota o se autoanula. Separada de la humildad, se narcisiza. Separada de la responsabilidad, se vuelve complicidad. Separada del pensamiento, se ideologiza. No hay aquí accidentes externos. Hay una ley interna de toda vida moral no integrada.

Esto tiene una consecuencia pedagógica decisiva. Educar la empatía no puede significar sólo intensificarla. No basta con enseñar a sentir más, a ponerse en el lugar del otro o a escuchar mejor. Todo eso importa, pero es insuficiente. Educar la empatía significa también enseñarle sus límites, sus tentaciones y sus dependencias. Significa mostrarle al sujeto que comprender no autoriza a invadir, que sentir no legitima toda conclusión, que ayudar no exige desaparecer, que la cercanía no exime del juicio y que la sensibilidad puede servir al ego tanto como al bien. Una pedagogía que sólo exalte la empatía producirá inevitablemente algunas de sus deformaciones más refinadas.

Por eso puede afirmarse una tesis de gran alcance: **la empatía sólo se mantiene sana cuando acepta no bastarse a sí misma**. Ésta es quizá la fórmula más sobria y más profunda de todo este análisis. La facultad se corrompe cada vez que quiere bastarse: bastarse para decidir, para juzgar, para definir el bien, para autorizar la intervención, para validar una identidad moral o para sostener una relación. Se mantiene sana cuando sabe que necesita corrección: por la verdad, por la justicia, por el respeto, por la prudencia, por el límite y por la humildad. No es una humillación de la empatía. Es la condición de su fecundidad.

También se entiende mejor, desde aquí, por qué una gran parte del trabajo moral no consiste en “tener más” de una facultad, sino en **ordenarla mejor**. Muchas personas no necesitan sentir más, sino

sentir con más forma. No necesitan comprender más rápido, sino comprender sin invadir. No necesitan abrirse sin medida, sino aprender a sostener la apertura con límite. No necesitan identificarse más con el dolor ajeno, sino acompañarlo sin absorberlo ni usarlo. La ética de la empatía no es sólo una ética de la intensificación. Es, sobre todo, una ética de la integración.

Hay además una enseñanza espiritual muy honda en todo esto. Sólo un yo que no necesita erigirse en soberano de la escena moral y que tampoco necesita desaparecer de ella puede empatizar bien. El yo soberbio invade, domina, usa y juzga sin comprender. El yo débilmente constituido se disuelve, se culpa, se agota o se vuelve cómplice. La empatía madura requiere un yo formado y descentrado a la vez: suficientemente firme como para no perderse, suficientemente humilde como para salir de sí. Ésta es una condición exigente. Y por eso la empatía bien ordenada no es frecuente. No basta la buena intención. Hace falta carácter.

Podría decirse, finalmente, que todas las deformaciones estudiadas son modos distintos de olvidar que la empatía está al servicio de una tarea muy precisa: **hacer posible una relación más verdadera con la alteridad sin destruir ni al otro ni al juicio ni al sujeto que comprende**. Cuando se olvida uno de esos tres términos —el otro, el juicio o el propio sujeto—, aparece alguna patología. Si se olvida al otro, surgen el poder, la invasión o el narcisismo. Si se olvida el juicio, surgen el sentimentalismo, la complicidad o la ideología. Si se olvida al propio sujeto, surgen la autoanulación o la fatiga. La salud de la empatía consiste en mantener juntas las tres dimensiones.

La formulación más rigurosa sería ésta:

El rasgo común de todas las deformaciones de la empatía es la pérdida de su lugar como mediación ordenada entre alteridad,

verdad y límite, de modo que la comprensión del otro deja de integrarse en una arquitectura moral más amplia y pasa a servir a excesos de afecto, de poder, de identidad o de desorden interior.

Ésta es la clave que unifica todo el capítulo. Gracias a ella puede verse que las deformaciones no son accidentes dispersos, sino variaciones de una misma desintegración. Y justamente por eso el siguiente paso debe ser positivo: mostrar cómo reconocer, no sólo lo que corrompe a la empatía, sino cuáles son los signos de una empatía verdaderamente madura. Porque si ya se ha visto en qué se pierde, ahora toca preguntar cómo se ve cuando está en su forma más alta.

11.11. Rasgos de una empatía madura

Si la empatía puede deformarse de tantas maneras, entonces ya no basta con elogiarla en abstracto. Hay que aprender a reconocerla cuando está bien formada. Y reconocerla bien exige abandonar varios criterios superficiales. La empatía madura no es simplemente la más intensa, ni la más visible, ni la más emotiva, ni la más rápida en validar, ni la más inclinada a evitar toda herida. Tampoco es la que más penetra la interioridad ajena ni la que se conmueve con más facilidad. Su rasgo distintivo no está en el volumen de la reacción, sino en la calidad de su forma. La empatía madura es una comprensión de la experiencia ajena que conserva a la vez cercanía, verdad, límite y libertad.

El primer rasgo de una empatía madura es la **capacidad de dejar comparecer al otro sin reducirlo a uno mismo**. Esto parece obvio, pero es una conquista alta. El sujeto verdaderamente empático no traduce demasiado rápido lo ajeno a categorías autobiográficas, ni usa su propia experiencia como medida soberana del mundo del

otro. Puede servirse de analogías, sí, pero de manera tentativa. No dice interiormente: “ya sé lo que te pasa porque yo conozco algo parecido”. Dice más bien: “algo en tu experiencia me resulta humanamente accesible, pero quiero ver en qué tu mundo no coincide con el mío”. Esta reserva no enfría la cercanía. La vuelve más respetuosa.

El segundo rasgo es la **capacidad de conservar la alteridad sin volverla opacidad absoluta**. La empatía madura no invade, pero tampoco renuncia demasiado pronto. Sabe que el otro no es transparente y, sin embargo, no usa esa no transparencia como excusa para abandonar la comprensión. Se mueve en una zona intermedia muy exigente: se acerca todo lo posible sin prometer nunca posesión total. Comprende mucho y, al mismo tiempo, sabe que todavía queda resto. Esta conciencia del resto no empobrece el acceso; lo vuelve más sobrio. Donde la comprensión se cree total, suele empezar la apropiación. Donde la opacidad se absolutiza, suele empezar la pereza moral.

El tercer rasgo es la **distinción entre comprensión y asentimiento**. La empatía madura comprende profundamente sin convertir esa comprensión en una obediencia automática a la interpretación del otro. Puede ver con claridad que alguien está herido, humillado, asustado o desorganizado y, aun así, no concluir por ello que todo lo que piensa, exige o hace desde esa experiencia sea verdadero o justo. Esta distinción es una de las señales más altas de forma moral. El sujeto no necesita simplificar al otro para sostener su juicio, pero tampoco necesita ceder en su juicio para no perder al otro. Ha aprendido a habitar la tensión entre cercanía y verdad.

El cuarto rasgo es la **integración del límite**. La empatía madura no teme que el límite destruya su humanidad. Sabe que comprender al

otro no obliga a concederle todo, ni a estar siempre disponible, ni a validar toda narrativa, ni a absorber la totalidad de su sufrimiento, ni a dejarse invadir por su necesidad. Puede acompañar sin desaparecer, escuchar sin rendirse, sostener sin sustituir, consolar sin mentir y poner distancia sin deshumanizar. Esta capacidad de integrar el límite es crucial, porque distingue a la empatía formada de la empatía sentimental o autoaniquilante. Allí donde no se puede decir no, todavía no hay verdadera libertad moral.

El quinto rasgo es la **capacidad de no usar lo comprendido como poder**. Quien empatiza de manera madura no convierte la herida ajena en ventaja relacional, no usa la vulnerabilidad del otro para influir, no se atribuye jurisdicción sobre su interioridad y no hace de su fineza comprensiva una forma de superioridad. Comprender más lo vuelve más humilde, no más soberano. Esta humildad adopta formas muy concretas: deja que el otro corrija su lectura, no se precipita a interpretar, no disfruta siendo el que "ve más hondo" y no convierte la dependencia afectiva ajena en fuente de identidad o de control. La verdadera empatía no necesita reinar sobre el mundo interior del otro. Le basta con no tratarlo como objeto.

El sexto rasgo es la **sobriedad afectiva**. Esto no significa frialdad, sino una emoción con forma. La empatía madura puede conmoverse intensamente, desde luego, pero no necesita exhibir esa conmoción ni convertirla en criterio soberano. No mide la verdad de su relación con el otro por la intensidad de lo que siente en el instante. Puede experimentar dolor por el dolor ajeno y, sin embargo, no dejar que ese dolor le robe toda capacidad de discernimiento. Puede verse afectada sin ser arrastrada. Esta sobriedad es uno de los signos más fiables de profundidad. La emoción sin forma suele ser más visible. La emoción bien integrada suele ser más fecunda.

El séptimo rasgo es la **capacidad de atravesar la complejidad sin parálisis**. La empatía madura no necesita que el otro sea simple para comprenderlo ni que el caso sea limpio para responder. Puede ver contradicciones, mezclas, autoengaños, heridas reales, excesos interpretativos, responsabilidades parciales y sufrimientos legítimos todo a la vez, sin que esa complejidad la fuerce a renunciar a la decisión. Éste es un punto decisivo. La comprensión verdadera aumenta la dificultad moral, sí, pero no elimina la posibilidad de concluir. El sujeto maduro no usa la complejidad como refugio contra la responsabilidad. La soporta y, precisamente por soportarla, puede responder con más justicia.

El octavo rasgo es la **capacidad de distribuir complejidad de manera menos desigual**. Como ya se vio, una de las patologías más frecuentes de la empatía es reservar la comprensión profunda para los cercanos, los semejantes o los narrativamente legibles. La empatía madura no elimina por completo esa inclinación —sería irreal pretenderlo—, pero trabaja contra ella. Sospecha de la facilidad con la que comprende a unos y de la dureza con la que simplifica a otros. Intenta conceder humanidad densa también a quien le resulta difícil, antipático, opaco o distante. No lo hace siempre con igual éxito, pero sí con mayor vigilancia. Se pregunta por sus sesgos. Y esa pregunta ya es señal de crecimiento moral.

El noveno rasgo es la **discreción**. La empatía madura no necesita penetrarlo todo, saberlo todo ni nombrarlo todo. Puede advertir una zona sensible y no tocarla todavía. Puede ver una herida y no hacer de inmediato una interpretación completa. Puede percibir un sentido y esperar antes de formularlo. Puede comprender algo verdadero y, aun así, decidir que no le corresponde ocupar ese espacio con su propio saber. Esta discreción no es inhibición

cobarde. Es respeto por la autonomía interior del otro. Sabe que la verdad no siempre comparece mejor bajo presión y que la cercanía más alta no consiste en atravesar toda reserva, sino en hacerla habitable sin humillación.

El décimo rasgo es la **capacidad de cuidar la propia facultad sin culpa**. Quien empatiza de manera madura sabe que la apertura al otro necesita límite, descanso, selección y ritmo. No convierte la disponibilidad ilimitada en ideal absoluto. Sabe retirarse un poco sin sentir que traiciona, sabe dosificar sin endurecerse, sabe reconocer su cansancio sin dramatizarlo ni negarlo. Entiende que una sensibilidad agotada deja de servir bien. Por eso no ofrece al otro una presencia heroicamente exhausta, sino una presencia más estable y más verdadera. Hay una gran sabiduría en esta moderación. Porque la empatía que quiere ser infinita termina muchas veces siendo estéril.

El undécimo rasgo es la **capacidad de recibir corrección**. La empatía madura sabe que puede equivocarse. Puede interpretar demasiado pronto, proyectar, comprender parcialmente, leer mal un silencio, exagerar una herida o minusvalorar otra. Esta falibilidad no la paraliza, pero tampoco la vuelve triunfal. Acepta que el otro pueda decirle: “no me estás entendiendo”, “eso no es del todo así”, “aún no puedo nombrarlo de ese modo”, “lo que ves en mí no coincide exactamente con lo que vivo”. Esta capacidad de recibir corrección sin sentirse humillada ni amenazada es esencial. Porque una empatía que no admite ser corregida ya ha empezado a deformarse en poder.

El duodécimo rasgo es la **capacidad de permanecer al servicio del bien y no de la propia identidad moral**. La empatía madura no necesita continuamente contemplarse a sí misma como muy

profunda, muy buena o muy sensible. No niega la alegría de haber comprendido o acompañado bien, pero no hace de ella el centro secreto del acto. El otro sigue siendo el centro moral primario. Esta desapropiación interior es muy rara y muy importante. Distingue a quien ayuda porque el otro importa de quien ayuda también para confirmarse en su propia imagen elevada. La empatía realmente sana deja al yo más sobrio, no más inflado.

Podría decirse, en conjunto, que la empatía madura posee una forma muy precisa: **cercanía sin fusión, comprensión sin capitulación, sensibilidad sin desorden, profundidad sin invasión, ayuda sin dominio, apertura sin autoaniquilación y juicio sin crueldad**. Esta serie no describe virtudes yuxtapuestas. Describe un solo estilo interior. Un modo de estar ante el otro en el que ninguna facultad usurpa el lugar de las demás.

Es importante advertir que esta madurez no se reconoce siempre por sus apariencias más prestigiosas. A veces la empatía más alta no es la que más habla el lenguaje de la sensibilidad, sino la que sabe estar ahí con verdad. Puede resultar más sobria, menos espectacular, menos inclinada a la validación automática y más capaz de sostener una diferencia sin abandonar al otro. Desde fuera podría incluso parecer menos empática que otras formas más intensamente visibles. Pero el criterio real no está en la superficie de la reacción. Está en si el otro es comprendido sin ser usado, si la verdad comparece sin violencia y si el vínculo no se organiza a costa de la dignidad ni del juicio.

También hay que decir que esta forma madura no es un estado fijo ni una posesión definitiva. Es una tarea. Una disciplina. Una vigilancia constante sobre la propia afectividad, la propia tendencia a proyectar, a invadir, a cansarse, a usar la comprensión como

prestigio o a dejarse capturar por la herida más visible. La empatía madura no es inocente respecto de sus propias corrupciones posibles. Las conoce. Y precisamente por conocerlas puede habitarse con más forma. La ingenuidad empática suele ser más cálida, pero también más vulnerable a la deformación. La madurez es menos espontánea y más libre.

Hay una consecuencia decisiva de todo esto: la empatía madura no produce blandura moral, sino una combinación más alta de humanidad y forma. Hace posible una vida en la que el otro no sea nunca reducido a caso, pero tampoco sea convertido en soberano afectivo del juicio. Hace posible amar sin invadir, corregir sin humillar, acompañar sin desaparecer, comprender sin dominar y decidir sin endurecerse. Por eso su valor no es ornamental. Toca el centro mismo de la convivencia humana. Una comunidad de sujetos que aprendieran esta forma de empatía seguiría teniendo conflictos, errores, injusticias y dolor. Pero los habitaría de un modo menos bárbaro.

Podría formularse así la definición más alta que se desprende de todo este recorrido: **la empatía madura es la capacidad de recibir la experiencia ajena con suficiente profundidad como para que el otro comparezca verdaderamente como sujeto, y con suficiente forma como para que esa comparecencia no destruya ni la verdad, ni el límite, ni la libertad de ninguno de los implicados**.

Ésta es la figura positiva que faltaba. Después de haber visto en qué se corrompe la empatía, ya se puede ver mejor cómo se presenta cuando está en orden. No como emoción soberana ni como simple técnica relacional, sino como una de las grandes disciplinas del espíritu: aquella que nos enseña a acercarnos al otro sin poseerlo, a

comprenderlo sin someternos y a responderle sin olvidar ni su interioridad ni el bien.

11.12. La prueba decisiva

Después de recorrer las deformaciones de la empatía y de haber descrito los rasgos de su forma madura, todavía queda una pregunta decisiva: **¿cómo discernir, en una situación concreta, si una empatía es verdadera o falsa, si está bien ordenada o ya se ha corrompido?** Esta pregunta importa mucho, porque las apariencias engañan. Hay formas de reacción cálida que degradan. Hay comprensiones muy intensas que dominan. Hay grandes conmociones que no ayudan. Hay silencios sobrios que comprenden más de lo que parece. Hay límites que nacen de una empatía madura y validaciones que nacen de una profunda falta de ella. Si no se tiene un criterio más fino, el discernimiento queda entregado a la pura impresión.

Ese criterio puede formularse así: **la verdadera empatía deja al otro más real y a la verdad más posible; la falsa empatía deja al otro más usado y a la verdad más difícil**.

Esta fórmula concentra mucho. Deja al otro más real cuando no lo reduce a objeto, a función, a herida, a caso, a espejo, a material de la propia identidad o a simple emisor de necesidades. La empatía verdadera intensifica su presencia como sujeto. Después de ser comprendido, el otro no queda más pequeño, más infantilizado, más dependiente o más administrado, sino más verdaderamente comparecido. La falsa empatía, en cambio, aunque parezca cercana, tiende a dejar al otro más capturado. Más definido por su dolor. Más encerrado en su narrativa. Más necesitado de quien lo comprende. Más disponible para su lectura. Más usado como

escenario de una sensibilidad ajena. Puede haber mucha atención y, sin embargo, menos realidad del otro.

Del mismo modo, la verdadera empatía deja a la verdad más posible. No porque resuelva automáticamente qué es verdad, sino porque crea las condiciones humanas para buscarla sin barbarie. Después de una empatía madura, el espacio de discernimiento queda más abierto, no más cerrado. Puede hablarse mejor, corregirse mejor, distinguir mejor. La experiencia ha sido acogida, pero no canonizada. La herida ha sido reconocida, pero no convertida en tribunal. La comprensión ha hecho más pensable la verdad, no más impronunciable. La falsa empatía, en cambio, tiende a producir el efecto contrario: vuelve más difícil disentir, más culpable introducir matices, más costoso nombrar lo injusto, más improbable sostener un límite. Allí donde la comprensión crea inmunidad afectiva contra el juicio, ya se ha deformado.

Esto permite establecer una prueba muy concreta. Hay que preguntarse: **después de este acto de empatía, el otro queda más libre o más atrapado; y la verdad queda más accesible o más bloqueada**. Si queda más libre y la verdad más accesible, es muy probable que estemos ante una empatía bien ordenada. Si queda más atrapado y la verdad más bloqueada, aunque la escena haya parecido muy humana, ya ha comenzado una corrupción.

La libertad del otro aquí es un criterio decisivo. No libertad entendida como autonomía abstracta y autosuficiente, sino como posibilidad de seguir siendo sujeto de su experiencia, de su palabra, de su ritmo interior y de su respuesta. La empatía verdadera no ocupa ese lugar. Puede ayudar a que el otro se vea mejor, a que nombre mejor, a que se sostenga mejor, pero no lo reemplaza. No lo hace depender de la propia comprensión. No exige que acepte la lectura ofrecida. No lo

deja moralmente en deuda por haber sido “tan bien comprendido”. No lo encierra dentro de la figura del herido. Le abre espacio. La falsa empatía, por el contrario, suele dejarlo más envuelto: más atado a la sensibilidad del otro, más definido por el rol que se le ha asignado, más obligado a corresponder a la comprensión recibida, más reducido a ser aquel cuya experiencia ha sido interpretada, validada o administrada.

También la verdad deja huellas muy claras. Cuando la empatía es sana, después de ella todavía se puede pensar. Todavía se puede preguntar: “¿qué pasó realmente?”, “¿qué parte de esta herida nombra un daño y qué parte una interpretación?”, “¿qué corresponde ahora hacer?”, “¿qué límite hay que sostener?”, “¿qué bien está en juego?” La comprensión no ha abolido estas preguntas. Las ha vuelto más humanas. La empatía falsa, en cambio, produce otra atmósfera: parece que toda pregunta adicional amenaza con ser traición, toda precisión suena ya a falta de sensibilidad, toda diferencia se vuelve sospechosa. La verdad queda así moralmente penalizada. Y donde la verdad queda penalizada, la empatía ya no está sirviendo al bien.

Puede decirse, por tanto, que la prueba decisiva de la empatía no está en cuánto siente, cuánto penetra ni cuánto consuela, sino en **qué tipo de mundo moral deja detrás de sí**. Hay empatías que dejan un mundo más habitable para la verdad, para la libertad y para la responsabilidad. Y hay empatías que dejan un mundo más sentimentalmente cargado, más dependiente, más opaco y más difícil de ordenar. La diferencia no siempre es visible en el instante. A veces sólo aparece con el tiempo. Pero aparece. Porque toda facultad deja una forma.

Esta idea es importante también para corregir muchos malentendidos sobre la intensidad. La empatía verdadera no tiene por qué ser siempre la más intensa en lo afectivo. Puede ser sobria, contenida, incluso silenciosa. Lo que la distingue no es el volumen de la reacción, sino la calidad del efecto moral que produce. Del mismo modo, una gran intensidad emocional no es prueba suficiente de nada. Puede acompañar una empatía auténtica, sí. Pero también puede acompañar sentimentalismo, invasión, narcisismo o autoanulación. La intensidad conmueve. La forma decide.

Hay una escena muy instructiva que permite ver esto con claridad. Dos personas escuchan el mismo sufrimiento. Una reacciona con gran conmoción, valida rápidamente, se identifica, ofrece explicaciones, se vuelve muy presente y muy comprensiva en apariencia. La otra escucha con sobriedad mayor, deja hablar, nombra con más cautela, reconoce el dolor, pero no apresura la interpretación ni abdica del discernimiento. Desde fuera, la primera puede parecer más empática. Pero la prueba real no está en el brillo inmediato. Está en lo que ocurre después. ¿Quién dejó al otro más libre y a la verdad más abierta? Muchas veces será la segunda.

Esto no significa, desde luego, que la sobriedad sea siempre superior a la intensidad. Sería otra caricatura. Hay intensidades limpias y sobriedades frías. El criterio no está ahí. Está en la relación entre comprensión, alteridad y bien. La empatía auténtica, sea intensa o contenida, no devora al otro ni clausura el juicio. La falsa, aunque sea elegante o cálida, tiende a hacer una de esas dos cosas.

También es importante notar que esta prueba decisiva vale tanto para la relación con otros como para la relación con uno mismo. Una comprensión sana de la propia experiencia debería dejar a la

persona más real para sí misma y a la verdad más posible. Es decir: más capaz de reconocer lo que vive sin mentira, pero también más capaz de pensar ese vivir sin entregarse ciegamente a él. Una falsa empatía consigo mismo, en cambio, dejará al sujeto o bien más justificado y menos libre, o bien más absorbido por su herida y menos capaz de discernir. El criterio no cambia. La buena comprensión amplía realidad y posibilidad de verdad. La mala comprensión refuerza alguna forma de autoencierro.

Esta prueba permite además un discernimiento muy fino de la ayuda. No toda ayuda que alivia es buena, ni toda ayuda que incomoda es mala. Lo decisivo es preguntarse qué produce en la estructura profunda del sujeto. ¿Lo deja más capaz de habitar la verdad? ¿Lo deja más libre? ¿Lo deja menos reducido a su herida? ¿Lo deja más responsable? ¿O, por el contrario, más dependiente, más fijado a su narrativa, más incapaz de soportar diferencia, más necesitado de confirmación continua? La empatía madura ayuda de la primera manera. La deformada suele ayudar sólo en el instante y complicar el fondo.

Esto da lugar a otra formulación importante: **la buena empatía no sólo acompaña; también ordena sin dominar**. Ordena no porque imponga una estructura ajena, sino porque su sola forma ya introduce una relación más justa entre experiencia, límite, verdad y alteridad. Acompaña, sí, pero no como fusión. Acompaña de una manera que hace posible que el otro siga siendo alguien ante lo que vive y no mera prolongación del que lo acompaña. Esta capacidad de acompañar ordenando sin poseer es una de las marcas más altas de la madurez moral.

Por eso la prueba decisiva no puede reducirse tampoco a una pregunta puramente psicológica del tipo “¿me sentí comprendido?”

o “¿sentí mucho al comprender?”. Esas experiencias importan, sin duda. Pero no son suficientes. Hay personas que se sienten muy comprendidas precisamente en vínculos que las vuelven dependientes. Hay otras que se sienten contrariadas por formas de empatía más verdaderas porque éstas no confirman su interpretación sin más. Del mismo modo, quien comprende puede sentirse muy noble y, sin embargo, haber usado al otro para su propia imagen. El criterio debe situarse más hondo: ¿qué relación con la realidad y con la libertad se ha hecho posible aquí?

De aquí se sigue una enseñanza decisiva para toda la obra: la empatía no debe ser evaluada sólo por su apariencia afectiva, sino por su **fecundidad moral**. Y esa fecundidad moral consiste, en última instancia, en si hace más posible una relación donde el otro sea más verdaderamente otro y el bien más verdaderamente buscable. Todo lo que fortalece esa doble posibilidad pertenece a la empatía madura. Todo lo que la debilita, aunque venga envuelto en sensibilidad alta, pertenece a alguna de sus deformaciones.

Hay una gran sobriedad en este criterio porque desromantiza la facultad sin empobrecerla. Ya no se trata de admirar la empatía por sí misma, como si bastara su mera presencia. Se trata de examinar qué hace. La palabra deja de ser talismán y se vuelve tarea. Y eso es bueno. Porque sólo una facultad sometida a examen puede seguir creciendo sin corromperse.

También puede decirse que esta prueba decisiva protege frente a una tentación permanente: la de medir la empatía por la cercanía subjetiva que produce. Esa cercanía importa, pero puede ser engañosa. Hay proximidades falsas, logradas a costa de absorción, de identificación o de mutua necesidad. La verdadera empatía no busca simplemente que dos experiencias parezcan una sola o que

el vínculo se sienta muy intenso. Busca una cercanía más difícil: la que deja intacta la diferencia y, precisamente por eso, permite una relación más verdadera con el bien.

En el fondo, esta prueba devuelve a la empatía a su vocación más alta: ser mediación de realidad. Realidad del otro, realidad de su experiencia, realidad de su diferencia, realidad del límite, realidad de la verdad que todavía debe ser buscada y no simplemente sustituida por la emoción. Cuando la empatía sirve a esa realidad, es una gran facultad moral. Cuando la reemplaza por intensidad, identidad, poder o evasión, se ha extraviado.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La prueba decisiva de una empatía verdadera es que deja al otro más realmente comparecido como sujeto y deja a la verdad más realmente abierta como tarea; toda empatía que, por el contrario, reduzca al otro o clausure la posibilidad de discernimiento, aunque parezca cercana o sensible, ya se ha deformado.

Éste es el criterio que permite atravesar las apariencias. Porque no todo lo cálido es humano y no todo lo sobrio es frío. La pregunta verdadera no es cuánto se sintió ni cuán intensamente se reaccionó, sino qué se hizo posible para el otro y para la verdad después de ese acto de comprensión. Allí se decide, con mayor exactitud que en ninguna otra parte, la autenticidad moral de la empatía.

11.13. Por qué la empatía necesita formación

Una de las lecciones más decisivas que se desprenden de todo este recorrido es que la empatía no puede ser tratada como un simple don espontáneo cuya sola presencia bastaría para garantizar una relación moralmente valiosa con el otro. La espontaneidad importa.

Hay en la empatía un momento originario de resonancia, de atención, de percepción viva de la interioridad ajena. Pero dejarla en ese nivel sería ingenuo. Todo lo que se ha visto en este capítulo muestra lo contrario: la empatía puede deformarse precisamente porque, entregada a sí misma, queda demasiado expuesta a los desórdenes del yo, a los sesgos de la afectividad, a la presión del contexto, al miedo al conflicto, a la fascinación por la propia sensibilidad y a la incapacidad de sostener límites. Por eso la empatía necesita formación.

Esta afirmación debe ser tomada con toda seriedad. Decir que la empatía necesita formación significa que no basta con "sentir más", con emocionarse más fácilmente, con ser más permeable al dolor visible o con reaccionar con mayor rapidez ante la fragilidad del otro. Nada de eso garantiza todavía una empatía verdaderamente humana. La formación de la empatía consiste, más bien, en enseñar a la sensibilidad a no bastarse a sí misma. En introducirle forma. En someterla a verdad, a límite, a respeto, a autovigilancia y a una disciplina de la interpretación. Una empatía sin formar suele ser más inmediata. Una empatía formada suele ser más justa.

Esto corrige una imagen muy difundida según la cual la empatía sería tanto más auténtica cuanto más espontánea, más impulsiva o menos mediada por la reflexión. Esa imagen es pobre. Porque supone que la forma estropearía la pureza de la sensibilidad, cuando en realidad ocurre con frecuencia lo contrario: es precisamente la falta de forma la que la corrompe. El sentimentalismo, la invasión, la complicidad, la parcialidad o la autoanulación no suelen presentarse como traición consciente al otro, sino como consecuencias de una sensibilidad mal ordenada. La

espontaneidad no es garantía de verdad moral. Puede ser vehículo de ella. También puede ser vehículo de su deformación.

Formar la empatía significa, en primer lugar, educarla contra la **proyección**. El sujeto debe aprender a sospechar de la velocidad con que traduce la experiencia ajena a sus propios esquemas. Debe aprender a distinguir entre usar la experiencia propia como punto de aproximación y convertirla en medida suficiente del otro. Debe volverse capaz de advertir cuándo su lectura nace realmente de la presencia expresiva ajena y cuándo está rellenando demasiado rápido con materiales del yo. Esta educación de la proyección es una de las primeras tareas, porque sin ella la empatía se convierte con facilidad en autobiografía encubierta.

Formarla significa también educarla contra la **confusión entre comprensión y asentimiento**. No basta con enseñar a escuchar. Hay que enseñar a escuchar sin abdicar. A comprender sin validar indiscriminadamente. A reconocer la realidad de la experiencia sin canonizar su interpretación. A recibir el dolor sin convertirlo automáticamente en criterio de verdad sobre los hechos o sobre lo debido. Esta formación es difícil porque va contra dos impulsos muy fuertes: el de la dureza simplificadora y el del sentimentalismo complaciente. Requiere una sensibilidad suficientemente abierta y una inteligencia suficientemente firme. Y esa combinación no surge sola. Debe cultivarse.

La empatía necesita ser educada, además, contra la **vanidad moral**. Debe aprender a no enamorarse de sí misma. A no volverse identidad, prestigio ni marca de superioridad. A no usar la fineza comprensiva como título de nobleza interior. Ésta es una tarea particularmente delicada, porque el reconocimiento social o íntimo de la propia sensibilidad puede volverse muy seductor. Quien ayuda,

escucha, comprende y acompaña corre siempre el riesgo de empezar a verse a sí mismo a través de ese papel. Y una vez que la empatía empieza a servir a la autoimagen, su verdad se vuelve más frágil. Formarla exige entonces una pedagogía de la desapropiación: comprender sin contemplarse demasiado comprendiendo.

También debe ser educada contra la **invasión**. La sensibilidad espontánea suele creer que cuanto más entra en el mundo del otro, mejor. Pero no siempre es así. Hace falta aprender que hay ritmos, reservas, silencios y opacidades legítimas. Que no todo debe ser interpretado de inmediato. Que no toda verdad debe ser dicha en el instante en que es intuida. Que acompañar no es lo mismo que atravesar todas las capas interiores del otro. Esta formación del pudor empático es muy importante. Porque sin ella la cercanía se vuelve fácilmente ocupación. La empatía madura sabe detenerse.

Hay, además, una formación de la empatía respecto del **límite propio**. Esto significa enseñar al sujeto a no confundir apertura con disponibilidad ilimitada, ni cuidado con autoabandono. Debe aprender a percibir cuándo empieza a cargarse con responsabilidades que no le corresponden, cuándo su comprensión está derivando en complicidad, cuándo el malestar ajeno se ha vuelto criterio absoluto de sus decisiones y cuándo la exposición al dolor del otro está erosionando su propia capacidad de presencia. Esta educación del límite no hace a la empatía más pequeña. La hace más habitable. Le permite durar sin convertirse en fatiga o en autoanulación.

Otra dimensión esencial de su formación es la educación contra la **parcialidad afectiva**. El sujeto debe aprender a notar a quién comprende con facilidad y a quién no, qué dolores le resultan legibles y cuáles lo dejan casi ciego, qué estilos de fragilidad

despiertan su compasión y cuáles lo irritan, qué experiencias se parecen demasiado a las suyas como para no sesgar su lectura, qué grupos o narrativas gozan de complejidad automática en su mirada y cuáles son reducidos con mayor rapidez. Esta autovigilancia es difícil porque cuestiona la autoimagen moral. Pero sin ella la empatía permanece demasiado local. Se vuelve refinada dentro de ciertos límites y ciega fuera de ellos.

Todo esto muestra que la formación de la empatía exige, en el fondo, una formación del sujeto entero. No se puede educar la empatía como si fuera un módulo aislado del alma. Hay que educar al mismo tiempo la capacidad de pensar, de soportar tensión, de habitar el conflicto, de renunciar al protagonismo, de poner límites, de resistir la culpa indebida, de tolerar no ser entendido plenamente, de corregirse y de no necesitar que la propia sensibilidad sea continuamente reconocida como virtud. La empatía madura no es sólo mejor empatía. Es expresión de un yo más ordenado.

Esto tiene una consecuencia pedagógica muy importante. Muchas exhortaciones contemporáneas a la empatía son intelectualmente demasiado pobres. Se limitan a pedir que se “escuche más”, que se “valide más”, que uno se “ponga en el lugar del otro”. Pero este tipo de formulaciones, aunque no sean falsas en un nivel elemental, resultan insuficientes para una educación moral seria. Porque no enseñan a distinguir, ni a detenerse, ni a pensar, ni a soportar la complejidad, ni a reconocer deformaciones. Producen con frecuencia sujetos emocionalmente impresionables pero mal preparados para integrar esa impresión en una respuesta justa. La formación real tendría que ser más exigente: enseñar a escuchar, sí, pero también a discernir, a no invadir, a no ceder siempre, a no desaparecer y a no usar la comprensión como poder.

Podría decirse incluso que la empatía debe ser educada por otras virtudes. La verdad la salva del sentimentalismo. El respeto la salva de la invasión. La justicia la salva de la parcialidad. La prudencia la salva de la torpeza del exceso. La fortaleza la salva de la capitulación ante el dolor visible. La humildad la salva del narcisismo moral. El amor la salva de la manipulación y del uso instrumental. Y el límite la salva de la fatiga y de la autoanulación. Sin estas correcciones, la empatía queda demasiado sola frente a fuerzas internas y externas que la desordenan fácilmente.

Esto permite entender mejor por qué una educación moral verdaderamente alta no puede limitarse ni a enseñar principios ni a cultivar sensibilidad. Tiene que enseñar a componer ambas cosas. Una sensibilidad sin forma será muy vulnerable a las deformaciones ya descritas. Un principio sin sensibilidad tenderá a volverse abstracto y duro. El sujeto maduro no es el que elige uno de estos caminos contra el otro, sino el que aprende a sentir de manera más inteligente y a pensar de manera más humana. Formar la empatía es una parte central de esa tarea compuesta.

También hay aquí una lección para la vida espiritual e intelectual. La empatía no debe ser adorada como una pureza previa al pensamiento, como si la reflexión la enfriara o la traicionara. Al contrario: la reflexión bien ordenada protege a la empatía de muchas de sus corrupciones. La obliga a verse, a examinarse, a no absolutizar su primera impresión, a preguntarse por sus sesgos, a reconocer sus límites. La sensibilidad que se niega a ser pensada suele acabar sirviendo, sin advertirlo, a lo que más quería evitar. Por eso una filosofía seria de la empatía no la destruye. La educa.

La formación de la empatía requiere también experiencia. No basta con ideas correctas. Hay cosas que sólo se aprenden atravesando

errores: habiendo invadido sin querer y descubriendo la violencia de esa invasión, habiendo comprendido demasiado rápido y viendo cómo el otro no cabía en esa lectura, habiendo cedido por miedo a herir y comprobando que se colaboró con algo dañino, habiéndose autoanulado por cuidar y descubriendo que eso deformó el vínculo, habiéndose agotado por no haber sabido poner límite. Estas experiencias, si son pensadas con honestidad, educan. La empatía madura suele ser menos inocente porque ha atravesado algunas de sus propias falsificaciones.

Hay aquí una forma de aprendizaje especialmente valiosa: aprender que la comprensión del otro no es un derecho adquirido sobre él, ni una superioridad frente a él, ni una deuda que él deba pagar con reconocimiento, ni una licencia para suspender indefinidamente el juicio. Ésta es una de las grandes lecciones que sólo una empatía realmente formada puede sostener. Comprender es importante. Pero precisamente por serlo debe ser despojado de sus pretensiones ilegítimas. La facultad se vuelve más limpia cuando renuncia a ocupar lugares que no le corresponden.

Por eso puede afirmarse que la formación de la empatía no tiene como meta hacer al sujeto cada vez más permeable en bruto, sino hacerlo **más capaz de una permeabilidad con forma**. Esta expresión es central. Permeabilidad, porque si el otro no puede entrar de algún modo en mi horizonte interior, no hay empatía verdadera. Con forma, porque si entra sin orden, sin límite, sin discernimiento y sin respeto, la empatía se corrompe. Toda la tarea consiste en esta composición. Y esa composición no es espontánea. Hay que aprenderla.

También debe señalarse que una empatía bien formada no produce sujetos más frágiles, sino más capaces de habitar la realidad

humana sin simplificarla. Esto es importante porque algunas críticas contemporáneas a la empatía la rechazan por considerarla fuente de debilidad moral, de indecisión o de manipulación afectiva. Y algo de eso ocurre, sin duda, cuando la facultad está mal educada. Pero precisamente por eso la solución no puede ser simplemente reducirla o desconfiar de ella en bloque. La solución es formarla mejor. Una empatía madura no debilita necesariamente la decisión; la hace más costosa y más verdadera. No elimina el juicio; lo purifica. No destruye el límite; lo humaniza. No vuelve al sujeto rehén del otro; le enseña a no tratarlo como cosa.

Hay una señal muy precisa de que esta formación ha tenido éxito: el sujeto puede comprender profundamente sin quedar cautivo de lo que comprende. Puede entrar en el dolor, en la vergüenza, en la fragilidad o en la contradicción del otro y salir de ahí con más verdad, no con menos. Puede recibir mucho sin perder forma. Puede sostener una respuesta justa sin necesidad de endurecerse primero. Y puede retirarse cuando hace falta sin vivirse inmediatamente como traidor. Esta libertad interior es una de las metas más altas de la educación moral.

La formulación más rigurosa de todo esto sería ésta:

La empatía necesita formación porque, dejada a su sola espontaneidad, queda expuesta a proyección, sentimentalismo, invasión, parcialidad, poder, autoanulación y fatiga; sólo una sensibilidad educada por la verdad, el respeto, el límite y el discernimiento puede convertirse en una facultad moralmente madura.

Ésta es una conclusión de gran importancia. La empatía no debe ser simplemente despertada. Debe ser educada. No basta con celebrarla. Hay que darle forma. Y sólo entonces deja de ser una

promesa confusa y se convierte en una de las grandes disciplinas de la humanidad.

11.14. La purificación de la empatía

Si la empatía necesita formación, entonces puede decirse también que necesita una **purificación**. Esta palabra no debe entenderse en un sentido moralista, como si hubiera una facultad inicialmente sucia que deba ser limpiada por una fuerza exterior. Debe entenderse en un sentido más exacto: la empatía necesita ser liberada de aquello que, mezclándose con ella, la deforma. Necesita ser separada de la proyección, del narcisismo, del miedo al conflicto, de la necesidad de agradar, de la fascinación por la propia sensibilidad, de la prisa interpretativa, de la culpa desordenada, de la tentación de dominar y del impulso a convertir la herida visible en criterio absoluto. Purificar la empatía significa devolverla a su función propia.

Esta función propia ya ha quedado clara: hacer posible que el otro comparezca como sujeto de experiencia sin que esa comparecencia destruya ni la verdad, ni el juicio, ni la libertad de ninguno de los implicados. Toda purificación auténtica de la empatía apunta a esto. No a volverla más blanda, ni más intensa, ni más penetrante, ni más espectacular, sino más fiel a su lugar. En el fondo, purificar una facultad es hacer que quiera sólo aquello para lo que está hecha. Y la empatía está hecha para abrir acceso, no para reinar.

La primera purificación necesaria es la que la libera de la **prisa**. Muchas deformaciones de la empatía nacen de comprender demasiado rápido. El sujeto cree haber accedido al núcleo del otro cuando apenas ha visto sus primeras expresiones. Traduce enseguida un silencio, un gesto, una reacción o una herida a un marco interpretativo ya disponible. En esa rapidez hay una mezcla de

intuición, experiencia previa y deseo de ayudar, pero también de impaciencia. Se quiere llegar demasiado pronto al fondo. Y el fondo humano rara vez se deja apresar así. Purificar la empatía de la prisa significa aprender a demorar la interpretación. No reprimirla por completo, porque eso sería artificial. Pero sí impedir que la primera lectura adquiera inmediatamente el peso de una verdad casi cerrada. La empatía más madura suele ser más lenta de lo que el yo preferiría.

Esta lentitud tiene un valor moral inmenso. Permite que el otro siga compareciendo. Permite que la experiencia todavía en formación no sea ocupada demasiado pronto por la necesidad de comprenderla del todo. Permite que lo ambiguo no sea violentamente resuelto. Y, sobre todo, permite que el sujeto que empatiza no se embriague con la ilusión de haber llegado ya al centro. La prisa suele estar secretamente unida a una voluntad de dominio: se quiere saber para situarse, intervenir o descansar en una comprensión rápida. La lentitud, en cambio, es una forma de humildad. Acepta que la alteridad no se deja reducir al ritmo de nuestra ansiedad interpretativa.

La segunda purificación necesaria es la que la libera de la **necesidad de inocencia**. Muchas personas no escuchan al otro sólo para comprenderlo mejor, sino también para quedar moralmente en paz consigo mismas. Quieren responder de un modo que las preserve de la culpa, de la imagen de dureza o de la angustia de causar sufrimiento. Entonces la empatía se vuelve una vía para proteger la propia autoimagen. Se comprende mucho porque no se soportaría ser el que no entiende. Se valida demasiado porque no se toleraría ser vivido como hiriente. Se cede porque no se soporta la culpa del malestar ajeno. Todo esto corrompe la facultad. La

empatía deja de estar orientada al otro y empieza a estar secretamente subordinada al deseo de no sentirse moralmente malo.

Purificarla de esta necesidad de inocencia es muy difícil, porque exige aceptar algo doloroso: que a veces comprender realmente al otro no evitará que uno tenga que contrariarlo, frustrarlo o sostener una verdad que lo hiere. El sujeto moralmente inmaduro quiere evitar ese costo. Quiere una comprensión que lo absuelva de toda dureza posible. Pero el bien no siempre permite esa pureza afectiva. La empatía purificada acepta que el otro puede sufrir incluso cuando uno responde con verdad y justicia. Y acepta también que no toda culpa sentida prueba una culpa real. Hay culpas que nacen simplemente de no soportar el lugar moral incómodo de quien, habiendo comprendido, no puede por eso dejar de sostener lo debido. Esa aceptación es una gran liberación interior.

La tercera purificación consiste en liberar a la empatía de su alianza con la **autoimagen**. Mientras el sujeto necesite verse a sí mismo como alguien excepcionalmente comprensivo, fino o sensible, su relación con el otro estará siempre parcialmente contaminada. No porque toda conciencia de haber comprendido bien sea vanidad, sino porque la necesidad de reconocerse en ese papel altera el acto. Lo vuelve demasiado autorreferencial. Purificar la empatía aquí significa aprender a comprender sin necesidad de contemplarse a sí mismo comprendiendo. Hacer el bien sin convertirlo enseguida en espejo del yo. Escuchar sin acumular identidad a partir de la escucha. Ayudar sin necesitar que la ayuda sea prueba continua de una superioridad moral. Esto requiere una humildad que no es genérica ni abstracta, sino muy concreta: la humildad de no hacer del otro una ocasión permanente para la autoadmiración sensible.

La cuarta purificación es la que la libera de la **fusión**. La empatía sana se acerca al otro, pero no se confunde con él. Esta distinción parece sencilla en teoría y muy difícil en la práctica. Porque acercarse a la experiencia ajena despierta fácilmente el deseo de sentirse plenamente dentro de ella. Y ese deseo puede presentarse como amor, como lealtad o como profundidad del vínculo. Pero la verdadera profundidad no consiste en borrar la diferencia, sino en soportarla sin que por ello se pierda la cercanía. Purificar la empatía de la fusión significa aprender a acompañar desde una diferencia real. Comprender sin repetir. Sostener sin duplicar. Amar sin invadir. Este aprendizaje es uno de los más exigentes, porque hiere una fantasía muy humana: la de que la máxima cercanía consistiría en ya no ser dos. La empatía madura renuncia a esa fantasía.

Esta renuncia no empobrece el vínculo. Lo salva. Porque sólo donde permanece una diferencia viva puede haber libertad, corrección, verdad y verdadera reciprocidad. Allí donde uno queda absorbido en la experiencia del otro, o el otro en la propia, la relación se vuelve más intensa tal vez, pero menos verdadera. La fusión genera una ilusión de unidad que suele ser incompatible con el bien. Purificar la empatía aquí significa devolverle su carácter de puente y no de desaparición de las orillas.

La quinta purificación necesaria es la que la libera de la **soberanía del sufrimiento visible**. Ya se ha visto que una de sus grandes tentaciones es organizar la respuesta moral en torno a la herida más patente, más expresiva, más legible o más intensa. Pero el sufrimiento, aunque merece una prioridad seria, no puede gobernar solo. La empatía purificada no deja de ser profundamente sensible al dolor. Lo que cambia es su relación con él. Ya no le otorga de inmediato autoridad total sobre la situación. Aprende a escucharlo

como fuente importante de verdad, pero no como tribunal único. Esto exige una forma de valentía intelectual y afectiva muy rara: la de dejarse tocar sin entregarle el gobierno al toque.

Esta purificación tiene una gran importancia práctica. Sin ella, la empatía se convierte en sierva del dramatismo, de la expresividad o del dolor mejor narrado. Con ella, en cambio, puede seguir siendo sensible sin volverse ciega a otras realidades: terceros implicados, efectos a largo plazo, bienes menos visibles, exigencias del límite o sufrimientos menos ruidosos pero no menos reales. La sensibilidad purificada no deja de inclinarse hacia la herida. Simplemente deja de absolutizarla.

La sexta purificación consiste en liberarla de la **fantasía de omnipotencia**. Muchas deformaciones empáticas nacen de no aceptar que comprender al otro no equivale a poder salvarlo, ordenarlo, repararlo o transformarlo suficientemente. Quien no acepta este límite se expone fácilmente a dos extremos: o invade, manipula, administra y se hace indispensable, o se agota y se culpa por no haber podido hacer más. En ambos casos hay una relación desordenada con el alcance real de la facultad. Purificar la empatía aquí significa aceptar su poder y su impotencia. Puede mucho: abre, humaniza, acompaña, vuelve más verdadera la mirada. Pero no puede hacerlo todo. No puede sustituir la libertad del otro. No puede redimir por sí sola una historia. No puede absorber sin resto el mal del mundo.

Aceptar esto introduce una sobriedad muy fecunda. Quien ya no se siente secretamente responsable de resolver toda herida puede acompañar mejor. Comprende sin precipitación redentora. Ayuda sin instalarse en el centro. Permanece sin la ansiedad de producir necesariamente resultados visibles. Y también sabe retirarse

cuando corresponde sin vivir esa retirada como colapso de su valor moral. La fantasía de omnipotencia vuelve a la empatía tensa, posesiva o exhausta. La aceptación de su límite la vuelve más respirable.

La séptima purificación es la que la libera de la **obediencia al propio esquema moral**. Esto significa algo preciso: no basta con salir de la propia experiencia individual; hay que salir también de los marcos colectivos, ideológicos, afectivos o culturales desde los cuales tendemos a repartir automáticamente humanidad densa a unos y simplificación a otros. La empatía purificada sospecha de sus facilidades. Se pregunta por qué ciertas historias le parecen inmediatamente transparentes y otras no; por qué ciertas heridas le despiertan una comprensión casi espontánea mientras otras la dejan rígida o desconfiada. Esta sospecha no nace del relativismo, sino de una voluntad más exigente de justicia interior. Sabe que el otro no deja de ser otro sólo porque no encaje en el repertorio afectivo que el grupo considera legítimo.

Esta purificación es especialmente ardua porque obliga a desacomodar la propia sensibilidad. No basta con sentir bien dentro del marco acostumbrado. Hay que exponerse a mundos que no se presentan ya humanizados por los códigos propios. Hay que aprender a conceder densidad también a quienes resultan difíciles, poco expresivos, narrativamente torpes, ideológicamente ajenos o afectivamente antipáticos. No para canonizarlos, sino para no juzgarlos desde una simplificación previa. La empatía verdaderamente formada se reconoce por esa capacidad de atravesar umbrales de extrañeza sin renunciar demasiado rápido a la complejidad.

La octava purificación es la que la libera de la **falsa oposición entre comprensión y juicio**. Ésta es una de las más importantes. Mientras el sujeto siga creyendo que comprender profundamente al otro lo desautoriza para toda afirmación firme, la empatía estará siempre en peligro de convertirse en sentimentalismo, complicidad o parálisis. Purificarla aquí significa aprender interiormente que el juicio no es traición al otro cuando ha pasado por una comprensión verdadera. Al contrario: puede ser una forma más alta de fidelidad a la realidad entera de la situación. Esta lección es decisiva porque permite a la empatía dejar de defenderse de la verdad como si ésta fuera su enemiga. Una empatía purificada ama más la verdad, no menos. Precisamente porque quiere hacer justicia al otro y no sólo quedar bien ante su sufrimiento.

En el fondo, todas estas purificaciones convergen en una sola: liberar a la empatía del **yo** cuando el yo quiere usarla para algo que no es el reconocimiento verdadero del otro. El yo quiere rapidez, inocencia, identidad, control, fusión, superioridad, seguridad, exención de culpa, protección de sí mismo o confirmación del propio marco. La empatía purificada no suprime al yo, desde luego. Pero lo descentra de manera más limpia. Lo obliga a salir de sí sin hacer de esa salida una nueva forma de volver glorificado a sí mismo. Esta tarea es interminable. Por eso la empatía madura nunca es pura posesión. Es una práctica de vigilancia.

Puede verse así por qué la purificación de la empatía no la debilita. Al contrario, la vuelve más robusta. La sensibilidad no formada suele ser más intensa en ciertos momentos, pero también más vulnerable a la corrupción. La sensibilidad purificada es menos espectacular y más estable. Soporta mejor la tensión entre cercanía y verdad. Tolera mejor la reserva del otro. No necesita resolverlo todo. No se asusta

tanto del límite. Y no convierte tan rápidamente el malestar en prueba de fracaso moral. Se vuelve, en una palabra, más libre.

Esta libertad es fundamental. Una empatía esclava de la culpa, del deseo de agradar, de la necesidad de ser buena, de la fascinación por el dolor o de la ansiedad de interpretar no puede servir bien al otro. Servirá, en parte, a esas otras fuerzas. Sólo una empatía relativamente liberada de ellas puede entrar de verdad al servicio del bien. Y esa liberación no ocurre por accidente. Requiere trabajo interior. Requiere pensamiento. Requiere corrección. Requiere haber sufrido quizá algunas de sus deformaciones y haberlas reconocido con honestidad.

También por eso la purificación de la empatía no es tarea exclusiva de especialistas en el cuidado o de personas especialmente sensibles. Es una exigencia general de la vida humana adulta. Porque todos estamos expuestos a usar la comprensión del otro para nuestras propias economías interiores. Todos corremos el riesgo de ceder a la herida visible, de sentirnos mejores por comprender, de querer demasiado entrar, de no aceptar nuestros límites o de evitar el juicio en nombre de la cercanía. La empatía no es un problema técnico. Es uno de los lugares donde el yo se juega su relación con la alteridad y con la verdad.

Podría decirse, entonces, que la empatía alcanza su forma más noble cuando deja de estar ansiosa por parecer buena y empieza simplemente a servir mejor a la realidad del otro. Esta frase contiene mucho. Porque gran parte de sus deformaciones nacen justamente del deseo de parecer o sentirse moralmente a la altura. La purificación desinfla esa ansiedad. Hace a la facultad menos teatral, menos necesitada de confirmación, menos capturada por sus propios efectos subjetivos. Y así la vuelve más exacta.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La purificación de la empatía consiste en liberarla de la prisa, de la necesidad de inocencia, de la vanidad moral, de la fusión, de la soberanía del sufrimiento visible, de la fantasía de omnipotencia, de los sesgos del propio marco y de la falsa oposición entre comprensión y juicio, para devolverla a su función propia de mediación fiel entre alteridad y verdad.

Ésta es una de las tareas más altas de la formación moral. No basta tener empatía. Hay que purificarla. Y esa purificación no la vuelve menos humana. La vuelve, por fin, verdaderamente digna de confianza.

11.15. Recuperar la empatía sin absolutizarla

Después de haber examinado sus deformaciones y la necesidad de su purificación, puede surgir una pregunta decisiva: si la empatía es tan frágil, tan fácilmente corruptible, tan expuesta al sentimentalismo, al poder, a la parcialidad, a la invasión, a la autoanulación, a la complicidad, al narcisismo, a la fatiga y a la ideologización, ¿no sería más prudente desconfiar de ella radicalmente y reducir su importancia dentro de la vida moral? La respuesta debe ser negativa. Precisamente porque la empatía puede deformarse, no debe ser abandonada, sino recuperada. Y recuperarla bien significa una tarea doble: **rescatar su necesidad sin volver a absolutizarla**.

Esta doble exigencia es fundamental. Si sólo se subraya su fragilidad, se corre el riesgo de recaer en una ética fría, desconfiada de toda sensibilidad, que terminaría devolviendo a la verdad y a la justicia una forma abstracta y demasiado exterior. Pero si, al contrario, se intenta salvarla ignorando sus riesgos, se vuelve a caer

en la inflación moral que la hace incapaz de aceptar sus propios límites. La verdadera recuperación de la empatía exige aprender a pensarla con sobriedad. No como un lujo prescindible ni como un principio total. No como simple afectividad espontánea ni como criterio soberano del bien. Sino como una facultad humana de gran rango que sólo alcanza su verdad dentro de una arquitectura más amplia.

Recuperar la empatía significa, en primer lugar, devolverle su **objeto propio**. Su objeto propio no es la producción de una buena imagen moral de uno mismo. No es la evitación de toda culpa. No es la administración del vínculo. No es la fabricación de unanimidad afectiva. No es la confirmación narrativa del otro. No es la superioridad psicológica. No es la manipulación delicada. Su objeto propio es la experiencia ajena en cuanto experiencia ajena. Es decir: la empatía existe para que el otro comparezca como alguien, para que su mundo no quede reducido a exterioridad muda y para que nuestra relación con él no se construya sobre una ceguera básica respecto de su interioridad. Cuando se olvida este objeto, la facultad empieza a desordenarse. Cuando se lo recupera, su sentido vuelve a aclararse.

Pero devolverle su objeto no basta. También hay que devolverle su **modo justo de operar**. La empatía no debe comprender apoderándose, ni acercarse invadiendo, ni abrirse disolviéndose, ni conmoverse obedeciendo sin discernimiento. Su forma más alta no está en la intensidad desnuda, sino en una cierta composición: apertura real, lentitud interpretativa, respeto por la alteridad, atención al límite, renuncia al dominio, capacidad de corrección y disponibilidad para dejar que el juicio entre sin que el otro sea por ello traicionado. La empatía recuperada es una facultad menos

ansiosa, menos rápida, menos ávida de ocupar el centro. Comprende mejor porque necesita menos adueñarse de lo que comprende.

Esta recuperación tiene algo profundamente liberador. La empatía deja de cargar con tareas que no le corresponden. Ya no tiene que salvar por sí sola la moral. Ya no tiene que decidir el bien supremo. Ya no tiene que justificar toda respuesta buena. Ya no tiene que sostener una identidad moral impecable. Puede volver a ser lo que realmente es: una mediación de acceso. Y este retorno a su lugar propio no la empequeñece. Al contrario, la hace más confiable. Una facultad sobrecargada termina volviéndose inestable. Una facultad situada puede obrar con mayor limpieza.

Podría decirse que la empatía se pervierte cada vez que se le exige redimir la condición humana, mientras que se vuelve fecunda cuando se le permite cumplir su tarea real. Y esa tarea real, aunque menos grandiosa en apariencia que la que le atribuye la ideología contemporánea, sigue siendo inmensa: impedir que el otro desaparezca del horizonte moral como sujeto de experiencia. Esto ya transforma radicalmente la calidad del juicio, de la educación, de la amistad, del amor, del conflicto, del perdón, de la justicia y del cuidado. No hace falta convertir la empatía en una divinidad moral para reconocer su grandeza. Basta entender lo que significa que el otro aparezca verdaderamente como otro antes de que decidamos qué hacer.

Recuperar la empatía sin absolutizarla significa también aprender a **protegerla de sí misma**. Toda facultad humana valiosa necesita vigilancia interna. El coraje necesita ser protegido de la temeridad. La prudencia, de la cobardía. La justicia, de la rigidez. El amor, de la posesión. La empatía, por su parte, necesita ser protegida de la

sentimentalización, de la fusión, del uso identitario, del desgaste, del poder y de la pereza del juicio. Esta protección no viene desde fuera como una censura hostil. Viene desde dentro de una comprensión más madura de la facultad misma. Se la protege cuando se la obliga a aceptar que no todo dolor visible tiene razón, que no toda cercanía es buena, que no toda comprensión debe volverse palabra inmediata, que no toda ayuda debe traducirse en absorción y que no toda conmoción merece obediencia.

Hay aquí una forma de sobriedad filosófica que resulta indispensable. La cultura moderna siente una fuerte inclinación a sustituir arquitecturas complejas por palabras moralmente resplandecientes. “Empatía” ha sido una de ellas. Pero la verdad humana no se deja concentrar sin resto en palabras totalizantes. Por eso recuperar la empatía exige también despojarla de su brillo ideológico. Hacerla menos prestigiosa para volverla más verdadera. Menos útil como consigna y más útil como facultad. Menos apta para distinguir rápidamente entre buenos y malos, y más apta para complicar de manera fértil nuestra relación con la alteridad.

Esta sobriedad permite, además, reconciliar dos exigencias que a menudo aparecen enfrentadas. Por un lado, la necesidad de comprender profundamente al otro y de no reducirlo a categorías rápidas. Por otro, la necesidad de no sacrificar la verdad, el juicio y la justicia al peso emocional de esa comprensión. Cuando la empatía es absolutizada, parece enemiga de toda firmeza. Cuando es despreciada, parece innecesaria para la firmeza. Recuperarla bien significa otra cosa: mostrar que la firmeza moral más alta no es la que prescinde de la empatía, sino la que se deja atravesar por ella sin capitular. Y que la comprensión más alta no es la que desarma todo juicio, sino la que vuelve el juicio menos bárbaro.

Hay una implicación muy importante de esta recuperación: cambia la forma en que uno se relaciona con el propio **malestar moral**. Antes, muchas personas viven la empatía desde una lógica casi compulsiva: si comprendo, debo ceder; si veo la herida, no tengo derecho al límite; si el otro sufre, mi propia posición se vuelve sospechosa. Recuperar la empatía significa salir de esa servidumbre. Significa poder comprender hondamente sin quedar automáticamente obligado a rendir la propia responsabilidad. Significa aceptar que el sufrimiento ajeno puede pesar muchísimo sin por eso tener que decidirlo todo. Significa poder sostener una verdad difícil sin necesitar endurecerse primero. En otras palabras: significa hacer compatible la sensibilidad con la libertad.

Esta compatibilidad es una de las mayores conquistas morales del espíritu. Porque el sujeto inmaduro suele creer que sólo puede ser libre endureciéndose o que sólo puede ser humano cediendo. La empatía recuperada rompe esa falsa alternativa. Enseña que es posible otra forma de libertad: una libertad que se deja tocar, que no niega la herida ajena, que se expone al mundo del otro, pero que no entrega por ello ni la verdad ni el juicio ni el propio centro moral. Esta libertad no es menos compasiva. Es más difícil y más alta.

También se transforma así la idea de ayuda. Ayudar ya no consiste principalmente en reducir de inmediato el malestar del otro, ni en confirmar la narrativa desde la cual vive su herida, ni en hacerse indispensable para él. Ayudar pasa a significar algo más complejo y más verdadero: estar de tal modo presente que el otro pueda ser más realmente alguien ante lo que vive y que la relación con la verdad no quede por ello clausurada. A veces eso implicará consuelo. A veces, límite. A veces, silencio. A veces, una palabra difícil. A veces, espera. A veces, retirada. La empatía recuperada no

ofrece una receta única. Ofrece una disposición mejor ordenada para elegir con mayor justicia entre respuestas distintas.

En este punto puede verse con claridad una gran diferencia entre la empatía idealizada y la empatía recuperada. La idealizada promete una superioridad moral casi automática: quien empatiza mucho parecería estar ya del lado correcto. La recuperada, en cambio, no promete pureza. Promete trabajo. No ofrece al sujeto una identidad moral inmediatamente brillante, sino una disciplina continua de revisión. ¿Estoy comprendiendo o proyectando? ¿Estoy acompañando o invadiendo? ¿Estoy cuidando o usando? ¿Estoy validando la experiencia o abdicando del juicio? ¿Estoy abierto o agotado? ¿Estoy respondiendo al bien del otro o protegiendo mi autoimagen? Este conjunto de preguntas muestra que la empatía recuperada no es más cómoda que la ideológica. Es sólo más verdadera.

Hay una lección especialmente importante en esto: una empatía que ya no necesita parecer perfecta puede empezar a ser realmente útil. Mientras el sujeto siga aferrado a una imagen idealizada de sí como profundamente empático, tendrá enormes dificultades para corregirse. Se defenderá. Negará. Justificará sus excesos. Llamará frialdad a toda resistencia. En cambio, cuando la empatía es recuperada desde la sobriedad, se vuelve más corregible. El sujeto ya no necesita que su comprensión sea siempre extraordinaria. Puede equivocarse, revisar, aprender, detenerse, preguntar de nuevo. Esa corregibilidad es una de las grandes pruebas de que la facultad ha sido liberada de su inflación.

Recuperarla sin absolutizarla significa, por tanto, reconciliarla con la **modestia**. Modestia sobre su alcance: puede mucho, pero no todo. Modestia sobre su pureza: puede servir al bien, pero también puede

corromperse. Modestia sobre su ritmo: no siempre comprende de inmediato ni del todo. Modestia sobre sus efectos: puede ayudar mucho y, aun así, no salvar. Modestia sobre sí misma: no necesita erigirse en fundamento único de la superioridad moral. Esta modestia no debilita la facultad. La limpia de pretensiones indebidas y la vuelve más limpia en su operación.

También es importante comprender que la recuperación de la empatía no equivale a un regreso ingenuo a una sensibilidad "natural". No hay tal retorno. Después de haber visto sus deformaciones, la empatía ya no puede ser habitada inocentemente. Debe ser habitada **reflexivamente**. Y esto es bueno. La reflexión no mata la sensibilidad; la educa. La hace menos propensa a confundir intensidad con verdad, cercanía con justicia, comprensión con capitulación, entrega con autoabandono y profundidad con poder. La empatía reflexiva no es menos humana que la espontánea. Es más capaz de durar sin corromperse.

Podría decirse, entonces, que la verdadera recuperación de la empatía consiste en devolverla a un lugar semejante al de una gran mediación espiritual: algo que no debe ocupar el trono, pero sin lo cual el trono se vuelve inhumano. No manda sola, pero sin ella el mando se endurece. No decide todo, pero sin ella las decisiones recaen sobre una realidad demasiado mal vista. No es absoluta, pero su ausencia degrada gravemente el conjunto. Ésta es la posición exacta que hay que aprender a amar: no la del absoluto brillante, sino la de la mediación indispensable.

Esta posición tiene además una gran fecundidad cultural. Una sociedad que recupere la empatía de este modo no será una sociedad sentimentalmente blanda, ni una sociedad que glorifique el sufrimiento visible como fuente total de legitimidad. Tampoco

será una sociedad fría, legalista o incapaz de escuchar. Será algo más difícil: una cultura que sepa recibir la experiencia de los otros con suficiente seriedad como para no cosificarlos y con suficiente forma como para no entregar la verdad a la sola intensidad de lo vivido. Esa cultura sería menos ruidosa moralmente y más justa. Menos dada a las consignas y más dada al trabajo lento de comprender, distinguir y responder.

Hay una frase que puede servir de síntesis de toda esta recuperación: **la empatía alcanza su dignidad más alta cuando deja de querer serlo todo y acepta servir a una verdad más amplia que ella misma ayuda a humanizar**. En esa frase se reúnen sus dos tareas: no desaparecer y no absolutizarse. Permanecer como condición de humanidad y, al mismo tiempo, renunciar a la ilusión de soberanía. Ésa es, quizá, la forma más madura de pensarla.

La formulación más rigurosa sería ésta:

Recuperar la empatía sin absolutizarla significa devolverla a su función propia de acceso respetuoso a la experiencia ajena, integrándola de tal manera con verdad, justicia, límite y libertad que siga siendo indispensable sin pretender por ello ocupar el lugar de la totalidad del bien.

Éste es el punto al que todo el análisis de sus deformaciones debía conducir. No al descrédito de la facultad, sino a su restitución sobria. Porque sólo una empatía recuperada de ese modo puede seguir siendo una de las grandes esperanzas de la vida moral: no la esperanza de que el conflicto desaparezca ni de que el bien se vuelva fácil, sino la esperanza más humilde y más decisiva de que, incluso en medio del juicio, del dolor y de la diferencia, el otro no tenga que desaparecer para que busquemos la verdad.

11.16. La disciplina de una empatía sobria

La recuperación de la empatía sólo queda completa cuando se comprende que su forma más alta no es exaltada, sino sobria. Esta sobriedad no debe confundirse con frialdad, pobreza afectiva o distancia defensiva. Es, más bien, el estado en que la facultad ha sido suficientemente purificada como para no necesitar ni dramatizarse ni negarse. La empatía sobria no invade, no se exhibe, no capitula, no se endurece, no se usa como prestigio y no se retira de la verdad. Comprende con profundidad, pero sin teatralidad interior. Y precisamente por eso se vuelve más estable, más limpia y más digna de confianza.

La sobriedad es una categoría decisiva porque las deformaciones de la empatía suelen nacer de una relación inflada con ella. Se la vive demasiado como prueba de la propia calidad moral, como intensidad que debe manifestarse, como reacción que debe sentirse fuerte para ser verdadera o como gesto que debe tener cierta grandeza visible. La sobriedad corta todo eso. Le devuelve a la facultad una medida más real. Ya no hace falta demostrar continuamente que uno comprende, que uno siente, que uno acompaña, que uno se ha dejado tocar profundamente. Basta comprender de verdad. Y la comprensión de verdad no siempre necesita grandes signos exteriores.

Esto tiene una consecuencia muy importante. La empatía sobria es menos vulnerable al autoengaño. Quien necesita experimentar su sensibilidad de manera intensa para confirmar que está respondiendo humanamente corre el riesgo de confundir el volumen de su afectación con la calidad de su acto. En cambio, quien ha aprendido a empatizar sobriamente ya no necesita usar la emoción como garantía principal de autenticidad. Puede sentirse

intensamente afectado o no, según el caso, según su historia, según su cansancio, según el momento. Lo decisivo no es la intensidad del impacto, sino la fidelidad a la realidad del otro y la apertura de un espacio más verdadero para la respuesta moral.

Podría decirse que la sobriedad libera a la empatía de la necesidad de **probarse a sí misma**. Y esto es central. Mientras una facultad tenga que probarse continuamente, seguirá siendo muy vulnerable a la deformación. Se volverá performativa, ansiosa, autorreferencial o moralmente exhibicionista. La empatía sobria, en cambio, ya no necesita esa prueba. Ha dejado de estar obsesionada con parecer humana y puede por fin dedicarse a serlo. Esta transición es de enorme importancia ética. Porque una cosa es querer aparecer como alguien que acompaña bien; otra, acompañar realmente bien aunque ese acompañamiento no produzca siempre el efecto sentimental más reconocible.

La sobriedad también modifica la relación con el lenguaje. La empatía inmadura suele hablar demasiado rápido: explica, nombra, valida, confirma, interpreta, tranquiliza, se identifica, promete comprensión total o se alarma de inmediato ante la herida visible. La empatía sobria habla de otra manera. No porque sea silenciosa por sistema, sino porque ha aprendido que las palabras deben estar al servicio de la comparecencia del otro y no del apuro del que escucha. Puede nombrar, sí, pero no necesita poseer la escena con su interpretación. Puede reconocer una herida sin convertirla enseguida en totalidad explicativa. Puede usar pocas palabras sin por ello estar menos presente. Su lenguaje está menos gobernado por la necesidad de intervención y más por la atención a lo que realmente conviene aquí.

Esta disciplina verbal es una de las señales más claras de madurez. Hay sujetos que hablan “empáticamente” de un modo muy rico en expresiones correctas y, sin embargo, dejan al otro menos espacio. Y hay sujetos cuya sobriedad verbal parece menor en brillo afectivo, pero deja respirar más la experiencia ajena. La empatía sobria sabe que no toda comprensión debe convertirse inmediatamente en formulación. A veces la mejor forma de respeto consiste en sostener la presencia sin apresurar una lectura. No toda verdad necesita ser dicha en el instante en que se intuye. No toda herida necesita ser traducida por otro para empezar a comparecer. La sobriedad honra esta lentitud.

También cambia la relación con el conflicto. La empatía sobria no necesita evitarlo a toda costa para sentirse fiel al otro. Puede entrar en desacuerdo sin sentir que por ello ha abandonado la comprensión. Esto es de enorme importancia. Una de las marcas más altas de una facultad bien ordenada es que no obliga a elegir entre cercanía y diferencia. El sentimentalismo necesita borrar o amortiguar demasiado la diferencia para preservar la sensación de humanidad. La dureza necesita a veces amputar la cercanía para sostener la diferencia. La sobriedad no necesita ninguna de estas amputaciones. Puede estar cerca y disentir. Puede comprender y corregir. Puede acoger y resistir. Y esa combinación, justamente por ser menos teatral, suele parecer menos admirable desde fuera. Pero es mucho más difícil y mucho más valiosa.

La sobriedad empática tiene además una relación distinta con el tiempo. La empatía inflada quiere resolver rápido el significado moral de una escena: confirmar, acompañar, explicar, absolver, contener, intervenir o, en el otro extremo, protegerse. La empatía sobria tolera mejor que algunas situaciones necesiten duración.

Sabe esperar sin abandonar. Sabe volver sin poseer. Sabe que ciertas comprensiones se forman lentamente y que la respuesta justa a veces necesita madurar. Esta paciencia no es indecisión indefinida. Es una forma de respeto por la temporalidad real de la vida interior y de los vínculos. No todo lo humano puede ser discernido en el instante del mayor impacto afectivo.

Esta paciencia está íntimamente unida a otra virtud: la capacidad de **no dramatizar la propia insuficiencia**. La empatía sobria acepta que no siempre comprenderá del todo, que a veces llegará tarde, que en ocasiones leerá mal, que habrá zonas de opacidad que no logrará franquear y que incluso su presencia más honesta no resolverá el dolor del otro. Esta aceptación es muy importante porque libera de dos tentaciones opuestas: la omnipotencia y la desesperación. El sujeto ya no necesita salvarlo todo para sentirse bueno, ni se hunde en culpa cada vez que constata el límite de su alcance. Sabe que el bien posible no es infinito y que la finitud no equivale a traición.

Aquí la sobriedad toca una verdad especialmente profunda: la empatía no es redención. Puede acompañar, iluminar, dignificar, humanizar, sostener. Pero no puede sustituir el camino del otro, ni eliminar todo sufrimiento, ni resolver por sí sola las tragedias humanas. Cuando esta verdad se acepta, la facultad se hace más humilde y también más útil. Deja de gastarse intentando lo imposible y se concentra mejor en lo que realmente puede ofrecer. Muchas fatigas empáticas nacen precisamente de no haber hecho este duelo de la omnipotencia. La sobriedad, en cambio, ya lo ha atravesado.

Esta transformación también modifica la relación con el juicio propio. La empatía sobria no vive el discernimiento como intrusión fría en una esfera que debería permanecer puramente afectiva. Ha

aprendido que pensar bien lo que el otro vive forma parte del respeto debido a su experiencia. No quiere simplemente sentir con él; quiere también no engañarse sobre él ni sobre la situación. Esto la vuelve menos propensa a los automatismos del "claro que sí", "cómo no va a ser así", "si te dolió, entonces es verdad tal como lo nombras". Puede sostener la incomodidad de distinguir. Y, al hacerlo, no enfría el vínculo, sino que lo fortalece sobre una base menos ilusoria.

Hay una consecuencia relacional muy fecunda de todo esto: la empatía sobria produce vínculos más **respirables**. Donde ella opera bien, el otro no se siente ni desatendido ni absorbido. No tiene que dramatizar para ser visto, pero tampoco tiene que entregarse del todo para sentirse comprendido. Puede acercarse sin quedar atrapado en la interpretación del otro. Puede recibir corrección sin sentir que por ello ha sido negado en su experiencia. Puede incluso callar o no estar listo para ciertas verdades sin ser forzado. La presencia del sujeto empático no pesa como una mirada que todo lo procesa, sino como una disponibilidad seria que no confunde cercanía con ocupación.

La respirabilidad del vínculo es un criterio muy fino de salud moral. Hay relaciones aparentemente muy profundas que, en realidad, son asfixiantes. Todo se interpreta, todo se vuelve emocionalmente central, todo exige posicionamiento, todo tiene un peso relacional enorme. En esos climas, la empatía suele estar inflada y mal ordenada. La sobriedad, en cambio, deja aire. Permite que el otro no tenga que convertirse continuamente en espectáculo de su propia interioridad para ser recibido. Le devuelve un espacio en el que puede ser sin tanta obligación de hacerse transparente. Y esto, lejos de empobrecer la relación, la vuelve más humana.

La empatía sobria también protege la libertad del que comprende. No lo hace menos disponible, sino menos esclavo de la escena. Puede escuchar mucho sin quedar hipnotizado por la urgencia emocional del instante. Puede sentir compasión sin que ésta decida sola. Puede retirarse cuando hace falta sin dramatizarlo como fracaso total. Puede acompañar repetidamente sin caer tan fácilmente en la fusión o en la fatiga heroica. Sabe que la libertad no se opone a la sensibilidad; se opone a su desorden. Esta libertad es fundamental, porque sin ella toda empatía intensa corre el riesgo de terminar o en invasión o en autoanulación.

Existe, además, una dimensión intelectual de esta sobriedad. La empatía bien formada se vuelve menos enamorada de sus propias explicaciones. Interpreta, sí, pero con una modestia mayor respecto del alcance de sus lecturas. No necesita mostrar que "ya entendió el fondo". Puede trabajar con hipótesis, con grados de certeza, con reservas. Esto le permite ajustarse mejor a la realidad y corregirse con menos violencia cuando descubre que ha leído mal. La sobriedad intelectual protege a la empatía de la fantasía de transparencia. Y esa protección vuelve más honesta toda la relación.

También la dimensión ética se vuelve más nítida. Una empatía sobria no busca quedar bien frente al sufrimiento visible ni asegurarse una posición moral impecable. Ha aceptado que a veces responder bien implicará ser malinterpretado, causar malestar o quedar expuesto a la acusación de no haber sido "suficientemente empático" por parte de quien esperaba otra cosa. Esta aceptación exige una gran libertad interior. El sujeto ya no se rige tanto por el deseo de aparecer siempre afectivamente irreprochable, sino por la voluntad de servir mejor al bien de la situación. No usa la sobriedad como coartada para

endurecerse, pero tampoco se deja chantajear por el prestigio del lenguaje empático.

Hay un rasgo especialmente valioso en esta forma de empatía: su capacidad de **durar**. La intensidad desordenada suele deslumbrar más, pero se agota antes o se corrompe más fácilmente. La empatía sobria, precisamente porque no necesita dramatizarse ni estar siempre al máximo de su afectación, puede permanecer con más estabilidad a lo largo del tiempo. No es una llamarada. Es una forma de presencia. Y en la vida real muchas veces vale más la presencia estable que la intensidad espectacular. El dolor, la fragilidad, el conflicto y la necesidad de verdad no suelen resolverse en momentos únicos de gran lucidez emocional. Exigen continuidad. Y la continuidad necesita forma.

Esta durabilidad es una de las razones por las que la sobriedad no debe ser confundida con tibieza. A veces sólo parece menos intensa porque no convierte cada escena en un pico emocional. Pero puede ser más fuerte, más fiel y más trabajada que muchas formas de sensibilidad ardiente. La verdadera medida no está en la temperatura aparente, sino en si esa presencia sigue disponible cuando la novedad ha pasado, cuando la repetición cansa, cuando el otro no responde de manera agradecida, cuando la verdad complica y cuando el vínculo ya no ofrece gratificaciones inmediatas. Allí la sobriedad suele mostrar su superioridad.

Podría decirse, entonces, que la disciplina de una empatía sobria consiste en esto: **dejarse tocar lo suficiente como para no cosificar, pero no tanto ni de tal manera que la verdad, el límite o la libertad queden absorbidos por el impacto afectivo**. Ésta es una fórmula muy exigente. Porque pide evitar tanto la dureza como la disolución. Pide una sensibilidad que no sea ni impermeable ni

torrencial. Pide una fuerza interior capaz de sostener el toque sin convertirse en esclava de él. Pide, en suma, una humanidad con forma.

Esta humanidad con forma es quizá una de las expresiones más altas de la madurez moral. No porque carezca de pasión, sino porque la ha ordenado. No porque sienta menos, sino porque ya no necesita que lo sentido gobierne sin mediaciones. No porque esté lejos del otro, sino porque ha aprendido a estar cerca sin confundir la proximidad con la apropiación. No porque no sufra, sino porque no convierte el sufrimiento compartido en criterio único. La sobriedad no enfría la empatía; la civiliza.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía alcanza su forma más confiable cuando se vuelve sobria: es decir, cuando comprende con profundidad sin necesidad de dramatizarse, de invadir, de probar su propia bondad o de entregar la verdad y el límite a la sola intensidad de la afectación.

Ésta es una de las culminaciones prácticas de todo el trabajo del capítulo. Después de haber visto sus corrupciones y la necesidad de su purificación, puede entenderse ya que la empatía no se perfecciona por exceso, sino por forma. Y esa forma tiene un nombre especialmente justo: sobriedad. No una sobriedad seca, sino una sobriedad viva, capaz de dejar pasar al otro sin convertirlo ni en ídolo ni en excusa ni en instrumento. Allí la empatía deja de ser una palabra admirada y empieza a convertirse, verdaderamente, en una virtud del espíritu.

11.17. La vigilancia interior

La empatía no se mantiene sana por inercia. No basta con haber comprendido su definición, ni con haber detectado una vez sus deformaciones, ni con haber alcanzado en algún momento una forma relativamente madura de relación con el otro. La facultad permanece siempre expuesta a desviaciones sutiles, porque toca zonas muy delicadas de la vida humana: el deseo de ser bueno, la necesidad de ser reconocido, el miedo a herir, la tentación de dominar, la culpa, la identificación, la fatiga, la cercanía y el sufrimiento. Por eso una empatía verdaderamente alta exige una práctica continua de **vigilancia interior**.

Esta vigilancia no debe entenderse como sospecha enfermiza de cada movimiento del alma. No se trata de convertir la empatía en un campo de escrúpulos, de autoobservación paralizante o de desconfianza permanente respecto de toda emoción. Una vigilancia así sería destructiva. Lo que aquí se necesita es otra cosa: una lucidez suficientemente despierta como para advertir en qué dirección está siendo arrastrada la facultad. No se vigila para impedir toda espontaneidad, sino para proteger su verdad. No se vigila para enfriar la sensibilidad, sino para impedir que se vuelva instrumento de algo que no sea el bien.

La primera tarea de esta vigilancia consiste en preguntarse de manera constante: **¿qué está buscando en mí esta comprensión?** No basta preguntarse qué le pasa al otro. Hay que interrogar también la economía interior del que comprende. ¿Estoy intentando realmente dejarlo comparecer, o necesito sentirme bueno? ¿Estoy escuchando para comprender mejor, o para confirmar la imagen que tengo de mí como alguien profundo? ¿Estoy entrando en su experiencia porque ella me importa, o porque me produce una forma

valiosa de identidad? Estas preguntas son incómodas, pero indispensables. Sin ellas, la empatía queda demasiado expuesta a convertirse en narcisismo moral sin notarlo.

La segunda tarea es preguntarse: **¿qué lugar está ocupando el otro en mi conciencia después de ser comprendido?** Esto es muy importante. Porque no toda comprensión deja al otro en el mismo estado moral. A veces lo deja más libre, más comparecido, más capaz de seguir siendo sujeto. Otras veces lo deja más atrapado en mi lectura, más reducido a su herida, más dependiente de mi capacidad de interpretarlo o más sometido al clima afectivo que se ha construido alrededor de su dolor. La vigilancia interior exige notar esta diferencia. No basta con haber acertado algo del mundo ajeno. Hay que advertir qué tipo de espacio produce ese acierto.

También debe vigilarse la relación entre comprensión y verdad. Una pregunta decisiva sería ésta: **¿mi comprensión está abriendo el discernimiento o lo está bloqueando?** Si después de escuchar, captar y acompañar me siento menos capaz de preguntar qué es justo, qué es verdadero o qué límite corresponde, la empatía puede estar ya desordenándose. No siempre ocurrirá así, desde luego. Hay momentos en que el discernimiento debe esperar. Pero si esa suspensión se vuelve hábito, si cada vez que una herida comparece el juicio se siente moralmente sospechoso, algo importante se está perdiendo. La vigilancia interior debe detectar cuándo la compasión empieza a expulsar la verdad en lugar de ayudar a que ésta comparezca mejor.

Otro punto decisivo de vigilancia es el **miedo al malestar ajeno**. Muchas de las deformaciones empáticas nacen no de una gran capacidad de amor, sino de una profunda dificultad para tolerar que el otro sufra a causa de una verdad, de un límite o de una frustración

necesaria. Por eso conviene preguntarse con frecuencia: ¿estoy evitando dañar injustamente al otro, o estoy evitando a toda costa sentirme responsable de su malestar, aunque ese malestar no sea por sí mismo prueba de una respuesta injusta? La distinción es fundamental. Porque una cosa es proteger al otro del daño indebido. Otra, protegerse uno mismo de la incomodidad de ocupar un lugar moral difícil. La empatía mal vigilada confunde ambas cosas con demasiada facilidad.

La vigilancia debe dirigirse también hacia la **velocidad de la interpretación**. Hay empatías que se deforman no por falta de acceso, sino por exceso de seguridad. El sujeto siente que "ya vio", "ya entendió", "ya captó el núcleo" de la experiencia ajena. Y esa seguridad le permite actuar con una soltura que parece profundidad, pero a menudo es sólo rapidez. De ahí la necesidad de una pregunta recurrente: ¿estoy realmente dejando que el otro comparezca o estoy rellenando demasiado rápido con mi esquema lo que aún no se ha mostrado del todo? Esta pregunta es particularmente valiosa porque obliga a interrumpir la autocomplacencia de la comprensión inmediata. Introduce una pausa. Y muchas veces esa pausa salva al otro de ser reducido.

También hay que vigilar la relación entre empatía y **necesidad de centralidad**. Quien comprende mucho corre el riesgo de ocupar demasiado espacio en la economía del vínculo. Puede volverse indispensable, interpretativamente privilegiado, emocionalmente necesario, casi el único que "de verdad entiende". Todo ello puede parecer signo de gran cercanía, pero también puede revelar una apropiación creciente del mundo del otro. La vigilancia interior, en este punto, tendría que preguntar: ¿mi comprensión está ayudando al otro a volverse más dueño de sí, o lo está habituando a pasar cada

vez más por mí para comprenderse? Esta pregunta es muy severa, pero muy fecunda. Porque sólo una empatía no posesiva puede alegrarse de que el otro la necesite menos.

En un nivel todavía más fino, la vigilancia debe atender al **placer secreto de comprender**. Comprender bien puede ser intelectualmente hermoso y afectivamente gratificante. No hay que negar esa dimensión. El problema comienza cuando ese placer deja de ser secundario y se vuelve motor oculto del acto. Entonces el otro se convierte, aunque sea sutilmente, en ocasión para una experiencia interna valiosa del sujeto. La vigilancia aquí debe ser muy delicada. No se trata de prohibirse toda satisfacción limpia por haber acompañado bien. Se trata de discernir si esa satisfacción está subordinada al bien del otro o si, por el contrario, está organizando secretamente la escena. La empatía empieza a corromperse cuando el gozo de ser profundo pesa más que la realidad del otro.

La vigilancia interior debe extenderse además a la relación con el propio **cansancio**. La empatía fatigada puede volverse cruel, cínica, rutinaria o anestesiada sin que el sujeto lo admita. Por eso hay que aprender a notar señales tempranas: impaciencia creciente, irritación ante el sufrimiento repetido, tendencia a escuchar ya no a la persona sino al patrón conocido, fantasías de retirada brusca, dificultad para dejarse tocar, creciente necesidad de simplificar, deseo de callar al otro o de reducirlo a “lo de siempre”. Nada de esto convierte automáticamente a alguien en mala persona. Pero sí indica que la facultad está pidiendo forma, límite, descanso o redistribución de la carga. La vigilancia madura no espera al colapso para reconocer el desgaste.

También importa vigilar la **culpa empática**. Ésta es una de las fuerzas más desordenadoras. Si cada dolor ajeno se convierte en acusación interior, la empatía acabará o en autoanulación o en resentimiento. Por eso conviene preguntarse: ¿qué parte de este malestar realmente me corresponde y qué parte pertenece a la libertad, a la historia o al desorden del otro? ¿Estoy respondiendo desde una responsabilidad real o desde una necesidad compulsiva de disminuir mi culpa? Una empatía no vigilada por esta pregunta acaba fácilmente deformando todo el vínculo. Porque ya no responde al bien, sino al alivio de sí.

La vigilancia interior exige además una relación muy precisa con el **límite**. No basta con poner límites; hay que saber desde dónde se ponen. A veces un límite brota de la justicia, del respeto por ambos, de la necesidad de que el otro no sea confirmado en una forma dañina de habitar el vínculo. Otras veces brota del cansancio no reconocido, del miedo, de la impaciencia o del deseo de escapar de la complejidad. La vigilancia aquí no busca paralizar la decisión, sino purificar su fuente. Obliga a preguntarse: ¿este límite nace de una verdad mejor o de una saturación mal elaborada? ¿Es una protección justa o un endurecimiento defensivo? La diferencia es decisiva y sólo una conciencia trabajada puede intentar verla.

Otra tarea esencial de la vigilancia consiste en cuidar la relación entre empatía y **palabra**. Hay momentos en que el sujeto siente fuertemente la tentación de decir lo que cree ver, de interpretar, de explicar al otro su propia interioridad. A veces hacerlo será fecundo. Otras, será invasión. La vigilancia debe aprender a discernir cuándo una palabra ayuda a que el otro aparezca mejor y cuándo sólo satisface la necesidad del que comprende de mostrar que ha visto algo importante. Este discernimiento es muy delicado. Pero

precisamente ahí se prueba gran parte de la madurez empática. No todo lo verdadero debe ser dicho por quien lo ve. Y no toda palabra nacida de la comprensión sirve realmente al otro.

La vigilancia interior tiene también una dimensión relacional muy profunda: debe aprender a notar si el vínculo se está organizando alrededor de una **desigualdad afectiva** demasiado grande. Por ejemplo, cuando una persona se vuelve casi exclusivamente receptora del dolor y la otra, casi exclusivamente continente; cuando una herida termina gobernando el campo relacional entero; cuando la necesidad de uno vuelve moralmente sospechosas las necesidades del otro; cuando la comprensión se convierte en una forma de servidumbre o de tutela. Estos procesos suelen instalarse lentamente. Por eso la vigilancia debe ser fina y sostenida. No basta reaccionar cuando la deformación ya se ha vuelto evidente. Hay que aprender a detectar sus comienzos.

Hay, además, una vigilancia de la **lengua moral**. La empatía se deforma con facilidad cuando ciertas palabras se vuelven intocables o demasiado prestigiosas: “validar”, “acompañar”, “ser sensible”, “no juzgar”, “comprender”. La conciencia madura debe poder preguntarse qué significan realmente esas palabras en un caso concreto y si no están funcionando como coartadas para evitar preguntas más difíciles. Cada vez que una palabra moral prestigiosa nos ahorra pensar, esa palabra ya está empezando a ideologizarse. La vigilancia interior es, en este sentido, también una vigilancia conceptual.

Esto explica por qué la empatía madura exige una forma de **honestidad consigo mismo** poco frecuente. No basta con querer bien. Hay que estar dispuesto a descubrir en el propio acto mezclas incómodas: deseo de poder junto a voluntad de ayudar, narcisismo

junto a compasión, miedo junto a comprensión, cansancio junto a aparente firmeza, necesidad de ser necesitado junto a entrega real. La vigilancia no destruye la buena intención por reconocer estas mezclas. Al contrario, la vuelve menos ingenua y más limpia. La ingenuidad moral suele ser menos pura de lo que cree. La honestidad, en cambio, permite que una facultad real se purifique de manera efectiva.

Hay una señal especialmente valiosa de esta vigilancia bien ejercida: el sujeto no se vuelve más rígido, sino más **libre**. Quien se vigila mal se llena de escrúpulos, sospecha de cada movimiento y termina desconfiando de toda cercanía. Quien se vigila bien, en cambio, gana soltura moral. Ya no necesita dramatizar tanto, ni probar tanto, ni intervenir tanto, ni ceder siempre, ni endurecerse para decidir. Conoce mejor sus riesgos y, precisamente por eso, puede habitar la facultad con mayor naturalidad. La vigilancia madura no es una policía interior. Es una escuela de libertad.

En el fondo, toda esta disciplina apunta a una sola cosa: impedir que la empatía sea secuestrada por economías interiores que no son el otro ni la verdad. El sujeto vigilante no quiere dejar que la comprensión ajena se convierta en material de su identidad, en fuente de poder, en excusa para no decidir, en pretexto para la autoanulación o en camino hacia la anestesia. Quiere mantenerla en su lugar: mediación hacia una relación más humana con la alteridad. Y como sabe que ese lugar se pierde con facilidad, no baja la guardia.

Podría decirse, por tanto, que la vigilancia interior es la forma práctica de la humildad empática. Quien se vigila reconoce que no posee la facultad de una vez para siempre, que puede desviarse, que puede usar sin querer al otro, que puede cansarse mal, que puede

justificarse, que puede dejarse impresionar demasiado o demasiado poco. Esta humildad no lo vuelve inseguro de sí en el mal sentido. Lo vuelve más atento al misterio de la relación humana. Y esa atención, precisamente por estar despojada de triunfalismo, es una de las condiciones más altas de la empatía verdadera.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La vigilancia interior de la empatía consiste en examinar continuamente si la comprensión del otro sigue orientada a su comparecencia como sujeto y a la apertura de la verdad, o si ha empezado a servir a la autoimagen, al poder, a la culpa, al cansancio, a la invasión o a la evasión del juicio.

Ésta es una disciplina exigente, pero indispensable. Porque la empatía no se mantiene pura por buena voluntad, sino por un trabajo continuo de lucidez. Y sólo esa lucidez permite que una facultad tan preciosa siga siendo realmente lo que promete: una salida de sí que no termine siendo, por caminos más sutiles, otra forma de regresar al yo o de perder al otro.

11.18. La empatía nunca está terminada

Hay una última verdad que conviene afirmar con fuerza después de todo lo recorrido: la empatía no es una posesión estable y definitivamente adquirida. No es una cualidad que uno pueda atribuirse de una vez para siempre, como si bastara haber alcanzado cierto grado de sensibilidad, de finura psicológica o de apertura moral para quedar ya instalado en una forma segura de relación con el otro. La empatía, incluso en su versión más madura, sigue siendo una tarea. Está siempre expuesta a desgaste, a sesgo, a ilusión, a endurecimiento, a apropiación, a cansancio, a autocomplacencia o

a pérdida de forma. Por eso debe decirse que la empatía **nunca está terminada**.

Esta afirmación es importante porque corrige una de las vanidades más frecuentes del mundo moral contemporáneo: la tendencia a convertir ciertas facultades valiosas en rasgos identitarios fijos. “Soy una persona muy empática”, se dice, o se deja entrever. Y quizá haya algo de verdad en ello. Pero la formulación misma ya contiene un peligro. Porque transforma una disciplina en una identidad relativamente cerrada. Y cuando una disciplina se vuelve identidad, disminuye la vigilancia. El sujeto deja de preguntarse cómo está comprendiendo, desde dónde, con qué mezclas, con qué límites o con qué deformaciones posibles. Se siente ya del lado correcto de la facultad. Y precisamente ahí empieza a hacerse más vulnerable a sus corrupciones.

La empatía nunca está terminada porque el otro nunca comparece de manera completamente simple y porque el yo nunca deja de traer consigo intereses, miedos, cansancios, heridas, deseos de reconocimiento y necesidades de orden. Cada nueva situación puede reactivar deformaciones antiguas o producir otras nuevas. Se puede ser muy sobrio en un ámbito y profundamente parcial en otro. Se puede haber aprendido a no invadir y, sin embargo, caer todavía en la complicidad. Se puede haber vencido cierta vanidad moral y seguir siendo vulnerable a la fatiga o a la autoanulación. Se puede comprender muy bien a ciertos otros y seguir simplificando demasiado rápido a aquellos cuya sensibilidad no nos resulta familiar. La empatía madura no ignora esto. Vive sabiendo que la tarea recomienza.

Esta recomenzar constante no debe ser interpretado como signo de fracaso, sino como rasgo estructural de una facultad que trabaja

sobre una materia humana viva, variable y nunca del todo transparente. No sería razonable pedirle a la empatía un estado de perfección fija, porque eso equivaldría a pedirle que operara sobre una alteridad ya dominada y sobre un yo ya purificado sin resto. Pero ni el otro está jamás totalmente disponible ni el yo jamás totalmente despojado de sí. La vigilancia, la corrección, la lentitud y la sobriedad no son remedios provisionales a un defecto pasajero. Son la forma propia de una facultad que sólo puede mantenerse verdadera a través de su continua revisión.

Por eso la empatía nunca está terminada también en otro sentido: siempre puede **ensancharse**. Siempre hay zonas de la experiencia humana que todavía no comprendemos bien, sufrimientos que nos resultan lejanos, sensibilidades que nos irritan demasiado, formas de dolor que no sabemos leer, historias que no entran todavía en nuestros mapas afectivos. Una facultad viva no sólo vigila sus deformaciones; también descubre poco a poco la estrechez de su radio. Aprende que había mundos enteros que apenas alcanzaba a sospechar. Aprende que ciertos juicios duros nacían no sólo de falta de bondad, sino de pobreza de acceso. Aprende que algunos otros, antes demasiado ajenos, empiezan a adquirir espesor. La empatía nunca está terminada porque la condición humana nunca deja de mostrar nuevas capas de alteridad.

Esto implica que la verdadera madurez empática no consiste en sentirse ya “muy desarrollado”, sino en conservar una cierta disposición al aprendizaje. El sujeto realmente formado no es el que cree haber alcanzado una maestría final sobre el arte de comprender, sino el que sabe que toda nueva situación puede todavía enseñarle algo sobre los límites de su propia mirada. Esta disposición al aprendizaje es una forma alta de humildad. No nace

de inseguridad vacía, sino de una experiencia suficiente de cuántas veces el otro ha desbordado los esquemas con los que uno creía poder leerlo.

Hay además una razón temporal más profunda. La empatía no opera sólo sobre sujetos que cambian; opera también sobre un sujeto que cambia. Uno no comprende del mismo modo en la juventud que después de atravesar ciertas pérdidas, ni después de haber sido padre o madre, ni después de haber experimentado enfermedad, fracaso, humillación, traición o duelo. La propia historia modifica el acceso al otro. A veces lo ensancha. A veces lo estrecha. A veces vuelve más sensibles ciertas zonas y más ciegas otras. Esto significa que la empatía no sólo debe ser vigilada respecto del otro, sino también respecto de la propia metamorfosis interior. La vida no deja intacto al que comprende. Lo cambia. Y ese cambio puede volverlo más sabio o más sesgado, más sobrio o más fatigado, más humilde o más protector de sí. La tarea no concluye porque el sujeto mismo sigue moviéndose.

Por eso es tan importante no convertir la empatía en una esencia psicológica fija. No hay personas simplemente “empáticas” y otras “no empáticas” en un sentido absoluto. Hay historias, disposiciones, hábitos, cegueras, formas de formación, zonas de apertura y zonas de defensa. Hay campos donde alguien comprende muy bien y otros donde falla gravemente. Hay momentos de gran lucidez y momentos de saturación o de cierre. Pensarla como rasgo fijo es una manera de empobrecerla. Pensarla como disciplina siempre inacabada permite algo más verdadero: seguir educándola.

Esta condición inacabada también protege contra otra tentación: la desesperación. Porque quien descubre en sí alguna de las deformaciones ya descritas podría sentirse tentado a concluir que

su empatía era falsa de raíz o que ya no puede confiar en ella. Pero ésa sería una reacción excesiva. Una facultad puede haber sido usada mal, haber servido a necesidades impuras o haber quedado enredada en desórdenes reales sin por ello perder toda posibilidad de verdad. Precisamente porque nunca está terminada, puede también ser corregida. Puede volver a orientarse. Puede purificarse. Puede aprender. El descubrimiento del error no invalida la tarea; la vuelve más consciente.

Hay una dimensión muy importante de esta inacababilidad que toca directamente la relación con el dolor. El sufrimiento ajeno no sólo exige comprensión; también la reconfigura. A veces nos enseña formas de humanidad que no conocíamos. Otras veces nos deja defensas que luego deforman nuestra sensibilidad. Una gran pérdida, una exposición prolongada al daño, una traición o una experiencia de impotencia pueden tanto profundizar la empatía como volverla más temerosa o más frágil. El trabajo moral consiste justamente en no dejar que el propio sufrimiento clausure el acceso a otros sufrimientos, pero tampoco en exigir una disponibilidad imposible que ignore lo que ese sufrimiento ha hecho en nosotros. La empatía nunca está terminada porque debe reordenarse una y otra vez a la luz de lo vivido.

Esto hace de ella una de las disciplinas más finas del carácter. No basta con la buena voluntad episódica. Hace falta una cierta fidelidad a la tarea de volver a mirar, volver a escuchar, volver a corregirse, volver a preguntar si el otro está siendo realmente recibido o ya ha sido traducido demasiado rápido a una categoría cómoda. La empatía nunca está terminada porque la vida humana tiende constantemente a endurecer, a simplificar, a protegerse y a

buscar alivios rápidos. Contra esas tendencias hace falta una decisión continua de no renunciar demasiado pronto a la alteridad.

Pero esa decisión continua tampoco puede ser vivida como heroísmo permanente. Si la empatía nunca está terminada, eso no significa que deba estar siempre al máximo de intensidad. Una facultad inacabada no es una facultad que deba tensarse sin descanso, sino una facultad que debe permanecer disponible para el trabajo de la corrección. A veces ese trabajo consistirá en abrirse más. Otras, en poner mejor un límite. A veces, en desacelerar la interpretación. Otras, en asumir que se ha comprendido lo suficiente como para decidir. A veces, en retirarse un poco para no agotarse. Otras, en reconocer que el retiro se está volviendo coartada. La inacababilidad no impone una única dirección de crecimiento. Impone atención.

Hay, por tanto, una diferencia muy importante entre una empatía inacabada y una empatía inmadura. La primera sabe que le falta siempre algo, pero esa conciencia la vuelve más cuidadosa y más abierta al aprendizaje. La segunda no sabe aún qué le falta y, por eso, oscila con facilidad entre exceso de confianza y exceso de disolución. La inacababilidad bien asumida es una forma de madurez. Sabe que no hay dominio final sobre la facultad y precisamente por eso no necesita absolutizar ni desesperar. Puede trabajar.

También esto tiene consecuencias para la manera en que se acompaña a otros. Quien sabe que su empatía nunca está terminada no se coloca fácilmente en el lugar del que ya entendió al otro de una vez por todas. Mantiene una reserva fecunda frente a su propio saber. Puede ofrecer comprensión, sí, pero sin cerrar el expediente interior del otro. Puede decir: “veo algo real aquí” sin

convertir esa visión en sentencia última. Esta modestia no debilita la ayuda. La vuelve más respirable. El otro siente que está ante alguien que intenta comprenderlo seriamente, no ante alguien que ya lo ha resuelto.

Hay una dimensión casi ascética en todo esto. La empatía bien vivida exige renunciar una y otra vez al deseo de cerrar pronto, de poseer la clave, de descansar en una lectura definitiva, de declararse ya suficientemente sensible o, por el contrario, definitivamente incapaz. Esta renuncia es costosa porque el espíritu ama las posiciones claras y la identidad estable. Pero la alteridad no se deja domesticar tan fácilmente. Quien quiera seguir siendo empático de manera verdadera tendrá que aceptar vivir un poco desinstalado. No en la confusión total, sino en una disponibilidad que no cristaliza demasiado rápido.

Esta disponibilidad no debe confundirse con relativismo. Que la empatía nunca esté terminada no significa que nunca se llegue a comprensiones verdaderas o a decisiones justas. Significa sólo que esas comprensiones y decisiones no nacen de una facultad ya perfecta, sino de una práctica siempre revisable. Se puede llegar suficientemente a la verdad sin haber agotado al otro. Se puede actuar justamente sin haber comprendido todo. La inacababilidad no destruye la seriedad del juicio; destruye sólo su vanidad.

Quizá aquí se vea una de las diferencias más profundas entre una moral ingenua y una moral realmente adulta. La moral ingenua busca estados puros: o bien la certeza limpia del principio, o bien la transparencia plena de la sensibilidad. La moral adulta, en cambio, acepta que las grandes facultades humanas sólo existen de modo histórico, trabajoso, siempre vulnerable a la mezcla. No por eso renuncia a la verdad. Renuncia sólo a la fantasía de una posesión

final de sí. La empatía, en ese sentido, es una maestra de humildad. Obliga a aprender una y otra vez que el otro no cabe del todo en la primera comprensión y que uno mismo no queda moralmente asegurado por haber entendido bien una vez.

Esta lección tiene además una gran fecundidad comunitaria. Una cultura que entendiera que la empatía nunca está terminada sería menos proclive a repartir prestigio moral demasiado rápido. Admiraría menos la sensibilidad exhibida como posesión y valoraría más la disposición a revisar, a corregirse, a pedir matices, a no usar el sufrimiento como capital simbólico y a no convertir la propia comprensión en argumento de superioridad. Sería una cultura menos teatral y más formativa. Menos enamorada del gesto empático visible y más atenta al trabajo silencioso que permite que una facultad siga siendo verdadera con el tiempo.

Puede decirse, finalmente, que la inacababilidad de la empatía no es una carencia accidental, sino parte de su dignidad. Si estuviera terminada, el otro dejaría de ser realmente otro y la libertad moral se convertiría en mera administración de un saber completo. Pero el otro sigue siendo fuente de novedad, de corrección, de límite y de revelación. Y el yo sigue necesitando ser purificado de su tendencia a apropiarse, a cansarse o a simplificar. La empatía, al no estar terminada, conserva abierto el espacio donde la alteridad puede seguir enseñando y donde la moral puede seguir volviéndose menos bárbara.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía nunca está terminada porque ni el otro deja de exceder nuestras comprensiones ni el yo deja de estar expuesto a proyección, cansancio, vanidad, miedo o sesgo; su verdad

consiste precisamente en mantenerse como una tarea siempre revisable de apertura, corrección y aprendizaje.

Ésta es una de las conclusiones más sobrias y más altas del capítulo. La empatía no se posee: se trabaja. No se alcanza de una vez: se reordena. No garantiza pureza: exige vigilancia. Y, precisamente por eso, puede seguir siendo una de las disciplinas más nobles del espíritu. Porque obliga a no instalarse ni en la dureza ni en la autocomplacencia, sino en una forma más humilde y más fiel de relación con la alteridad.

11.19. Lo que debe permanecer después de todas las sospechas

Después de haber sometido la empatía a tanta crítica, a tanta distinción y a tanta vigilancia, podría producirse una reacción equivocada: pensar que el concepto ha quedado demasiado erosionado, demasiado rodeado de peligros, demasiado frágil como para seguir ocupando un lugar importante en la vida moral. Sería un error. La crítica no ha tenido como finalidad vaciar la empatía, sino salvarla. Y precisamente por eso conviene ahora decir con toda claridad qué debe permanecer cuando ya se ha renunciado a sus idolatrías, a sus simplificaciones y a sus usos falsos.

Lo primero que debe permanecer es esto: **sin empatía, el otro se vuelve demasiado fácilmente exterior**. Podrá seguir siendo reconocido como portador abstracto de derechos, como destinatario formal de normas o como miembro de una comunidad moral, pero ya no comparecerá con suficiente fuerza como alguien para quien algo está ocurriendo desde dentro. Y cuando esa interioridad deja de pesar realmente en la conciencia, la vida moral se empobrece de manera grave. Se vuelve más propensa a la simplificación, más inclinada a la dureza y más tentada a tratar lo

humano desde fuera. Nada de lo dicho contra las deformaciones de la empatía debería hacer olvidar esta verdad básica. La alternativa a una empatía mal ordenada no es una humanidad más lúcida, sino con frecuencia una humanidad más ciega.

Lo segundo que debe permanecer es la conciencia de que la empatía es una **facultad de acceso**, no de sustitución. No sustituye a la verdad, no sustituye al juicio, no sustituye a la justicia, no sustituye al amor, no sustituye a la prudencia. Pero hace algo que ninguna de ellas puede hacer exactamente en su lugar: permite que el otro entre en el campo moral como sujeto de experiencia y no sólo como caso, conducta o portador de exigencias abstractas. Esta entrada modifica todo lo demás. No decide por sí sola. Pero cambia la textura del juicio, del límite, de la crítica, del consuelo, del perdón y de la responsabilidad. Éste es su rango real. No reinar, sino impedir que lo real del otro sea olvidado.

Lo tercero que debe permanecer es la conciencia de que la empatía auténtica no consiste en sentir mucho, sino en **dejar aparecer bien**. Esta formulación es muy importante. Porque gran parte de las confusiones nace de identificar la calidad de la empatía con el volumen de la conmoción o con la intensidad visible de la reacción. Pero ya se ha visto que la intensidad puede acompañar tanto una empatía verdadera como una falsa. Lo decisivo no es cuánto me impresiona la experiencia del otro, sino si mi presencia le permite comparecer sin ser reducido, invadido, usado o sentimentalmente absolutizado. La empatía más alta no es siempre la más ruidosa. A veces es la que deja al otro aparecer con más libertad y con más verdad.

También debe permanecer la conciencia de que la empatía verdadera está siempre atravesada por una cierta **humildad**

fenomenológica. El otro se me da, pero no se me entrega por completo. Comprendo algo real, pero no agoto. Veo mucho, pero no poseo. Esta humildad es esencial porque protege a la facultad de dos tentaciones opuestas: la de declararse soberana por haber comprendido y la de declararse inútil por no poder comprender del todo. La empatía madura no cae en ninguna de las dos. Sabe que puede acceder realmente sin por ello apropiarse de la interioridad ajena. Y sabe que esa forma de acceso parcial, no totalizante, no es un defecto accidental, sino parte de su verdad.

Debe permanecer también algo más: la idea de que la empatía, bien entendida, no suaviza la moral hasta volverla irreconocible, sino que la **humaniza sin abolir su exigencia**. Ésta es una de las grandes ganancias de todo el recorrido. La empatía no está para hacer que el juicio desaparezca, sino para que no se vuelva bárbaro. No está para impedir toda frustración o todo límite, sino para que la frustración y el límite no sean administrados como si el otro no sintiera. No está para justificar toda herida ni para concederle autoridad absoluta al dolor, sino para impedir que la verdad y la justicia sean ejercidas con una ignorancia culpable respecto del mundo vivido de quien las recibe. Allí está su servicio más alto al bien.

También debe permanecer una sospecha saludable frente a toda versión de la empatía que quiera ahorrar el trabajo del pensamiento. Ésta es quizá una de las lecciones más necesarias para el tiempo presente. Cada vez que la palabra “empatía” se use para evitar distinciones, para suspender preguntas incómodas, para otorgar legitimidad inmediata a una interpretación, para callar el juicio o para construir superioridad moral rápida, habrá que recordar que eso ya no es la facultad en su verdad, sino alguna de sus deformaciones. La empatía que realmente merece ese nombre no

compite con el pensamiento. Lo necesita. Y una de las formas más altas de honrarla consiste precisamente en negarse a usarla como coartada contra la razón.

Hay algo más que debe permanecer: la empatía como **disciplina de salida de sí**. Ésta es una de sus noblezas más profundas. El ser humano espontáneamente se toma a sí mismo como medida, como centro interpretativo, como umbral de lo soportable, como regla de lo que cuenta o no cuenta. La empatía rompe esta clausura inicial. Obliga a descubrir que no todo lo que a mí me parecería leve es leve para todos, que no todo lo que yo soportaría debe ser soportado igual, que no todo lo que yo nombraría de un modo agota el modo en que otro lo vive. Esta salida de sí no decide todavía el bien, pero lo prepara de manera decisiva. Una vida moral sin ese descentramiento tiende a ser más orgullosa de lo que cree.

Pero debe permanecer, al mismo tiempo, la conciencia de que salir de sí no significa **perderse**. Ésta es una corrección indispensable. El descentramiento verdadero no desemboca en autoanulación, sino en una relación más justa entre dos centros de experiencia. Si uno de ellos desaparece, ya no hay verdadera relación moral, sino absorción. Por eso la empatía más alta no se opone a la consistencia interior del sujeto. La presupone. Sólo un yo relativamente ordenado puede salir de sí sin quedar capturado por la experiencia ajena o por su propia necesidad de parecer bueno. La empatía que debe permanecer no es una empatía servil ni heroicamente disuelta. Es una empatía capaz de cercanía y de forma a la vez.

También debería permanecer la idea de que la empatía más madura es inseparable de una cierta **sobriedad del alma**. No necesita presentarse siempre en estado exaltado. No necesita dramatizar su afectación. No necesita ser celebrada continuamente para existir.

Puede ser callada, paciente, no invasiva, no inmediata, poco espectacular. Y precisamente por eso puede ser más fecunda. La cultura moral tiende a premiar lo visible: la gran emoción, la rápida validación, la intensidad del gesto comprensivo. Pero muchas veces la empatía más verdadera trabaja en otro registro. No ocupa la escena. La hace más habitable. No necesita ser el hecho central del momento. Le basta con impedir que el otro quede reducido.

Hay una afirmación que conviene fijar aquí con toda firmeza: **lo que sobrevive a todas las sospechas no es una empatía menos necesaria, sino una empatía mejor situada**. Éste es quizá el fruto más importante de todo el capítulo. La facultad ha perdido brillo ideológico, sí. Ha perdido inocencia, sí. Ha perdido la pretensión de ser el centro absoluto de la moral, sí. Pero precisamente por eso ha ganado verdad. Ahora puede ser defendida sin exageración. Puede ser exigida sin superstición. Puede ser educada sin mitología. Puede ser integrada en una arquitectura moral más amplia sin quedar convertida en simple ornamento. Ha dejado de ser una palabra total. Se ha vuelto una facultad más precisa. Y con esa precisión ha ganado dignidad.

Esta recuperación tiene una consecuencia de gran valor: vuelve posible una crítica más honesta de la falta de empatía. Ya no se tratará de acusar de "no empático" a todo el que no valida, no cede o no se expresa con el estilo afectivo esperado. La verdadera falta de empatía podrá ser reconocida con más exactitud allí donde realmente ocurre: cuando el otro es reducido demasiado rápido a una etiqueta, a una función, a una falta, a una demanda irritante o a un obstáculo, sin haber dejado aparecer suficientemente su experiencia. Esta precisión libera al concepto tanto de la inflación

como del abuso. Y un concepto liberado así puede empezar a trabajar mejor en la realidad.

Hay además una ganancia espiritual más profunda. Después de todas las sospechas, la empatía ya no puede ser habitada ingenuamente. Pero esa pérdida de ingenuidad no es una desgracia. Es una forma de purificación. Nos obliga a acercarnos al otro con más verdad y con menos autoengaño. Nos obliga a preguntarnos qué queremos al comprenderlo, qué estamos haciendo con su herida, qué lugar estamos ocupando, qué estamos dejando abierto y qué estamos cerrando. Una empatía sometida a estas preguntas quizá sea menos cómoda, menos brillante y menos apta para fundar una identidad heroica. Pero es más seria. Y una facultad moral sólo se vuelve verdaderamente fecunda cuando deja de ser cómoda.

Quizá podría decirse así: lo que debe permanecer es una empatía que haya atravesado la crítica y no haya muerto en ella. Una empatía que ya no se idolatra a sí misma, pero tampoco se retira. Que ya no pretende salvar sola la moral, pero tampoco acepta ser tratada como adorno menor. Que ya no confunde la sensibilidad con la superioridad, pero tampoco renuncia a la necesidad de no endurecerse. Que ha aprendido a vivir junto a la verdad, junto al juicio, junto al límite, junto al cansancio, junto al conflicto y junto a la propia finitud. Esa empatía no es menor. Es más adulta.

Y precisamente por ser más adulta puede convertirse en una de las grandes condiciones de una vida común menos brutal. No promete redimirlo todo. No evita todo dolor. No vuelve fácil la justicia. No elimina el conflicto. No garantiza pureza en la ayuda ni transparencia en el vínculo. Pero sí puede hacer algo inmenso: impedir que el otro se vuelva invisible desde dentro en el corazón mismo de nuestras decisiones. Puede impedir que la verdad sea afirmada sobre seres

humanos tratados como superficies. Puede impedir que la justicia olvide el peso concreto de la experiencia. Puede impedir que el amor se vuelva ciego y que el juicio se vuelva soberbio. No es poco. Es una de las formas más altas de civilización moral.

Por eso, después de todas las sospechas, no hay que conservar la empatía por costumbre ni por prestigio, sino por necesidad bien pensada. La necesitamos no como consigna sentimental, sino como correctivo contra una barbarie siempre posible: la barbarie de decidir sobre el otro sin haber dejado que el otro comparezca de verdad. Mientras esa barbarie siga siendo posible —y lo será siempre— la empatía seguirá siendo necesaria. Pero necesaria de una manera nueva: no como palabra inflada, sino como disciplina humilde y exigente.

La formulación más rigurosa sería ésta:

Lo que debe permanecer después de todas las sospechas es una empatía despojada de pretensiones absolutas y de usos falsos, pero conservada como facultad indispensable para que el otro comparezca verdaderamente como sujeto dentro de una vida moral orientada por la verdad, la justicia y el bien.

Ésta es, probablemente, la forma más sobria y más firme de salvar el concepto. No defenderlo contra toda crítica, sino hacerlo pasar por ella hasta que sólo quede lo que realmente no podemos permitirnos perder.

11.20. Aprender a desconfiar sin renunciar

Hay una forma de inteligencia moral que sólo aparece después de una crítica suficiente. Antes de esa crítica, el sujeto ama demasiado rápido ciertas palabras, ciertas facultades o ciertas imágenes de sí. Después de ella, corre el riesgo contrario: cansarse, endurecerse o

volverse cínico respecto de aquello mismo que primero había admirado. Ninguna de estas dos posiciones es madura. La madurez comienza cuando uno aprende a **desconfiar sin renunciar**. Y esto vale de manera eminente para la empatía.

Desconfiar, en este contexto, no significa sospechar de toda comprensión del otro como si estuviera siempre ya corrompida. Significa negarse a tratar la empatía como una evidencia moral simple. Significa no concederle de antemano una pureza que la experiencia humana no autoriza. Significa recordar que puede ser máscara de poder, coartada del miedo, alimento del narcisismo, refugio contra la decisión, instrumento de parcialidad o forma refinada de invasión. Todo esto debe ser tenido presente. Pero justamente para poder renunciar a la ingenuidad sin renunciar a la facultad.

Porque renunciar a la empatía por haber descubierto sus peligros sería una conclusión tan inmadura como idolatrarla por no haberlos visto todavía. La historia moral del espíritu no consiste en pasar de la fascinación ingenua a la negación desencantada. Consiste en atravesar la fascinación, soportar el desencanto y, después, volver a afirmar con más verdad aquello que ha sobrevivido a la crítica. La empatía debe ser afirmada de este modo. No como inocencia, sino como facultad trabajada. No como brillo moral, sino como disciplina. No como capital simbólico, sino como tarea.

Aprender a desconfiar sin renunciar significa, en primer lugar, que la empatía deja de ser una palabra tranquilizadora. Ya no puede ser usada para ahorrarse pensamiento. Cada vez que aparezca, tendrá que venir acompañada de preguntas más exigentes: ¿qué se está comprendiendo exactamente?, ¿qué parte de la experiencia ajena se ha dejado comparecer y cuál se está proyectando?, ¿esta

comprensión está abriendo o cerrando el camino de la verdad?, ¿está dejando al otro más libre o más atrapado?, ¿está ayudando a responder mejor o sólo está evitando un conflicto?, ¿está humanizando el juicio o sustituyéndolo? Esta batería de preguntas no debilita el concepto. Lo obliga a volverse digno de sí mismo.

Hay una gran diferencia entre usar una facultad críticamente y vivir a la defensiva respecto de ella. El espíritu defensivo se endurece porque ha visto demasiado el riesgo. Teme ser manipulado, invadido, culpabilizado o arrastrado por el dolor visible, y entonces reduce el lugar de la empatía para proteger su claridad. Pero esta estrategia, aunque comprensible, tiene un costo alto: mutila el acceso a la alteridad. El sujeto deja de ser invadido, quizá, pero también deja de ser alcanzado. Conserva mejor el juicio, pero sobre una realidad humana cada vez más pobremente vista. La desconfianza madura no funciona así. No reduce el campo de la empatía por miedo a su abuso; la somete a mejor gobierno.

Este mejor gobierno exige una disposición interior muy precisa: **no dejarse seducir ni por la facilidad moral de la dureza ni por la facilidad moral de la sensibilidad visible**. Ambas son formas de descanso prematuro. La dureza descansa en la regla, en la claridad externa, en la decisión limpia. La sensibilidad visible descansa en la conmoción, en la validación rápida, en la identificación con la herida. La empatía verdaderamente trabajada no puede descansar tan pronto en ninguna de las dos. Tiene que seguir pensando más allá de la emoción y más allá de la norma aplicada sin mediación. Tiene que permanecer en la intemperie más tiempo. Y esa intemperie es incómoda, pero fecunda.

Quizá una de las lecciones más altas de este capítulo sea precisamente ésta: la empatía bien entendida no produce descanso

moral, sino **trabajo moral más fino**. Hace más difícil contentarse con las primeras impresiones, con los primeros juicios o con las primeras autoimágenes. Obliga a revisar. Obliga a detenerse. Obliga a preguntarse si se está viendo realmente al otro o usando su presencia para otra economía interior. Obliga a soportar que la comprensión del otro complique la respuesta en lugar de volverla automáticamente noble. Todo esto es exigente. Y por eso aprender a desconfiar de la empatía sin renunciar a ella es, en el fondo, aprender a preferir una dificultad verdadera antes que una comodidad moral falsa.

Hay una dimensión especialmente valiosa de esta desconfianza madura: vuelve al sujeto menos manipulable por las palabras prestigiosas. Quien ha pensado seriamente la empatía ya no se deja impresionar tan fácilmente por su simple invocación. Sabe que "ser empático" puede significar cosas muy distintas y, a veces, incluso opuestas. Sabe que una escena puede estar saturada de lenguaje comprensivo y, sin embargo, resultar invasiva, parcial o cómplice. Sabe también que una respuesta más sobria, menos sentimentalmente obvia, puede contener una empatía más real. Esta lucidez es preciosa, porque protege el juicio sin obligarlo a endurecerse.

Aprender a desconfiar sin renunciar significa también recuperar la legitimidad de ciertas preguntas que la ideología de la empatía había vuelto casi impronunciables. Por ejemplo: ¿es realmente verdad lo que esta persona concluye a partir de su dolor? ¿Estoy ayudando al otro o reforzando una dependencia? ¿Mi validación está abriendo claridad o evitando conflicto? ¿Este límite duele porque es injusto o porque toca una herida real dentro de una exigencia necesaria? ¿Estoy respetando la alteridad del otro o usándola como escenario

de mi sensibilidad? Estas preguntas son indispensables. No destruyen la empatía. La separan de sus imitaciones.

Hay además una forma muy importante de renuncia que esta desconfianza vuelve posible: renunciar a la necesidad de ser reconocido como alguien especialmente empático. Ésta es una liberación profunda. Mientras el sujeto necesite ocupar ese lugar en su propia imagen o en la mirada ajena, la facultad permanecerá contaminada. Su comprensión no será del todo libre. Estará demasiado interesada en ser vista como comprensión. Desconfiar sin renunciar implica entonces despojar a la empatía de su rentabilidad identitaria. Dejar de usarla como emblema de la propia altura moral. Aceptar que a veces acompañar bien no parecerá espectacularmente humano y que, aun así, puede ser más verdadero.

Esta liberación es especialmente fecunda porque devuelve a la empatía una cierta **pobreza buena**. Ya no necesita prometer grandeza. Ya no necesita ser admirable. Ya no necesita justificarse a través de un brillo afectivo particular. Puede operar de manera más silenciosa, más local, más concreta. Puede estar en un gesto justo, en un silencio no invasivo, en una corrección formulada sin humillación, en una negativa que no cosifica, en una escucha que no coloniza, en un límite que reconoce la herida sin ceder a ella. La empatía así entendida ya no se parece tanto a una virtud exhibible como a una forma de estilo interior. Y quizá eso la acerca más a su verdad.

Desconfiar sin renunciar exige también aceptar que la empatía no siempre producirá armonía visible. Éste es un punto decisivo. Una parte de su idealización contemporánea proviene de imaginarla como facultad pacificadora por excelencia: si comprendiéramos

mejor, todo se ablandaría, todo se haría más llevadero, todo conflicto encontraría una resolución más suave. Pero la experiencia moral seria enseña otra cosa. A veces comprender mejor hace más dolorosa la decisión. A veces vuelve más costoso el límite. A veces obliga a contrariar con más verdad precisamente porque ya se ha visto mejor la miseria o la herida en juego. La empatía no elimina el conflicto. Lo desbarbariza. Y ésa es una diferencia inmensa.

Esta idea permite recuperar una de las intuiciones más valiosas de toda la obra: la empatía no está al servicio de una moral sin negatividad, sino de una moral en la que la negatividad necesaria no se ejerza como si el otro no existiera desde dentro. Comprender al otro no garantiza que vaya a poderse evitar todo malestar, toda frustración o toda herida. Lo que sí puede garantizar, en su mejor forma, es que esas experiencias no sean administradas desde la ceguera, la suficiencia o el desprecio. Aprender a desconfiar sin renunciar significa aceptar esta verdad: la empatía no nos ahorra el peso del bien, pero sí puede impedir que el bien se vuelva violencia limpia.

Hay aquí una ganancia especialmente importante para el pensamiento. Cuando se abandona la ingenuidad respecto de la empatía, el concepto deja de ser decorativo y empieza a volverse verdaderamente útil. Sirve para distinguir mejor. Sirve para ver cuándo el juicio se ha adelantado demasiado. Sirve para detectar cuándo la crítica se ha vuelto cosificación. Sirve para advertir cuándo una respuesta aparentemente cálida está funcionando como complicidad o invasión. Sirve para educar el vínculo, no sólo para embellecerlo. Esta utilidad crítica se pierde cuando la palabra se convierte en consigna. Se recupera cuando vuelve a ser facultad trabajada.

También en la vida interior esta desconfianza sobria resulta decisiva. Permite a la persona comprenderse a sí misma sin convertir cada afecto intenso en tribunal final. Permite tomar en serio el propio dolor sin por eso entregarle la soberanía del sentido. Permite acompañarse con menos dureza, pero también con menos autoengaño. Quien aprende a desconfiar de la empatía sin renunciar a ella descubre que puede tratar su propia herida con más verdad. No necesita ni negarla ni obedecerla ciegamente. Y esa misma disciplina interior suele mejorar mucho la calidad de la empatía hacia otros. Porque quien sabe tratar su propio dolor sin sentimentalismo ni crueldad está más cerca de poder hacer algo semejante con el dolor ajeno.

Hay una diferencia importante entre sospecha destructiva y sospecha formativa. La sospecha destructiva ve un peligro y concluye: "esto debe ser rebajado, evitado o desconfiado en bloque." La sospecha formativa ve el mismo peligro y concluye: "esto debe ser trabajado mejor." En moral, la segunda suele ser más fecunda. Y ése es exactamente el lugar donde debe situarse nuestra relación con la empatía. No ante una ilusión a conservar, ni ante una trampa de la que convenga huir, sino ante una facultad real cuya verdad sólo aparece cuando se la obliga a atravesar la sospecha y a sobrevivir a ella.

Quizá la señal más segura de que esta lección ha sido aprendida sea una cierta serenidad nueva frente a la palabra misma. Ya no hace falta usarla tanto. Ya no hace falta defenderla con fervor ni invocarla como explicación de todo. El sujeto que ha pensado realmente la empatía habla menos de ella y la ejerce mejor. No porque la desprecie, sino porque ha dejado de necesitar que el concepto haga por él el trabajo que sólo la lucidez práctica puede hacer. Ésta es una

gran señal de madurez filosófica: cuando una palabra importante deja de ser slogan y se convierte en hábito de discernimiento.

Podría decirse, entonces, que aprender a desconfiar sin renunciar es una de las formas más altas de fidelidad al concepto. No se es fiel a la empatía cuando se la idolatra, sino cuando se le exige verdad. No se la honra cuando se la usa como prestigio, sino cuando se la deja cumplir su tarea sin cargarla con lo que no puede sostener. No se la protege cuando se la vuelve intocable, sino cuando se la somete a una crítica capaz de separar lo que en ella es genuina apertura al otro de lo que es mezcla de miedo, vanidad, poder o pereza moral.

La formulación más rigurosa sería ésta:

Aprender a desconfiar de la empatía sin renunciar a ella significa tratarla no como un absoluto moral ni como una apariencia sospechosa, sino como una facultad indispensable y siempre revisable que debe ser continuamente purificada de los usos, mezclas y excesos que la desvían de su servicio propio a la alteridad y a la verdad.

Ésta es probablemente la última gran lección que puede extraerse del examen de sus deformaciones. Después de ella, el terreno está preparado para un paso nuevo. Ya no basta definir la empatía, distinguirla de conceptos vecinos, situarla dentro de la vida moral y purificarla de sus corrupciones. Ahora toca preguntar por sus lugares concretos de ejercicio: dónde se necesita más, cómo cambia según los vínculos, qué exige en la amistad, en el amor, en la educación, en el conflicto, en la vida pública y en la relación con uno mismo. Sólo allí el concepto, ya depurado, mostrará del todo su fecundidad real.

CAPÍTULO 12.

LA EMPATÍA EN LOS VÍNCULOS CONCRETOS

12.1. La empatía en la amistad: comprender sin halagar, corregir sin humillar

Si se quiere comprobar de verdad qué es la empatía y qué lugar ocupa dentro de una vida moral seria, conviene salir del plano puramente conceptual y entrar en los vínculos concretos. Allí las distinciones dejan de ser ejercicios teóricos y se vuelven criterio de realidad. Y uno de los lugares más fecundos para este examen es la amistad. Porque la amistad, cuando es verdadera, exige una combinación especialmente delicada de cercanía, verdad, lealtad, libertad y juicio. En ella se ve con gran claridad que la empatía no puede reducirse ni a simpatía cálida ni a aprobación permanente, pero tampoco puede ser tratada como adorno secundario. La amistad sin empatía se seca. La amistad gobernada sólo por empatía se ablanda o se enreda. La amistad madura exige una forma alta de integración.

Conviene comenzar por una verdad sencilla: la amistad no es sólo afinidad agradable ni sólo compañía afectiva. En su sentido fuerte, es una relación en la que uno no se limita a estar con el otro, sino que aprende a querer su bien y a recibirlo como alguien irreductible a la utilidad, al entretenimiento o al consuelo que pueda ofrecernos. Esto introduce de inmediato una exigencia doble. Por un lado, hace falta proximidad real: no puede haber amistad honda donde el otro permanezca casi enteramente exterior. Por otro, hace falta verdad: no puede haber amistad alta donde el otro sólo encuentre reflejo

complaciente de sí mismo. La empatía pertenece sobre todo al primer polo, pero se vuelve verdaderamente fecunda sólo cuando acepta convivir con el segundo.

La amistad necesita empatía porque uno de sus grandes fracasos posibles consiste en creer que la cercanía afectiva ya equivale a comprensión. Y no es así. Hay amistades llenas de afecto visible, de lealtad emocional, de tiempo compartido y de recuerdos comunes, en las que, sin embargo, uno de los dos sigue siendo profundamente mal leído por el otro. Se lo quiere, sí. Se está con él, sí. Se lo acompaña en ciertos momentos, sí. Pero no se ha entrado realmente en su mundo. No se ha comprendido qué significa para él tal herida, tal miedo, tal forma de retirarse, tal reacción desproporcionada, tal silencio o tal esperanza. En ese caso hay convivencia, cariño, quizá incluso fidelidad. Pero falta una parte importante de la intimidad verdadera.

La empatía hace posible que la amistad no trate al amigo como personaje ya sabido. Lo rescata de la familiaridad perezosa. Porque uno de los grandes riesgos de los vínculos largos consiste precisamente en creer que el otro está ya suficientemente conocido. Se lo lee demasiado rápido. Se interpretan sus reacciones con categorías viejas. Se da por descontado qué quiso decir, qué sintió, por qué se ofendió o por qué se cerró. La cercanía, entonces, en lugar de profundizar la comprensión, la reemplaza. Ya no se escucha de verdad. Se reconoce un patrón. La empatía interrumpe esta pereza. Obliga a recordar que incluso el amigo más cercano sigue siendo fuente de experiencia irreductible y nunca mera repetición de lo ya sabido.

Pero la amistad también muestra por qué la empatía sola no basta. Porque el amigo no está llamado sólo a comprenderme, sino

también, cuando hace falta, a decirme verdad. Éste es uno de los puntos más nobles y más difíciles del vínculo amistoso. Un amigo que sólo me comprende y nunca me confronta puede ser muy amable, muy cálido, muy presente; pero no siempre será verdaderamente amigo en sentido alto. Puede convertirse en espejo protector de mis narrativas, en acompañante de mis heridas, en validador de mis emociones. Todo eso tiene valor. Pero si no sabe resistirme cuando me engaño, cuando exagero, cuando daño o cuando huyo de mí mismo, la amistad queda incompleta. La empatía, aquí, debe aprender a no impedir la corrección.

Esto exige una combinación extraordinariamente fina: **comprender sin halagar, corregir sin humillar**. Esta fórmula resume una gran parte de lo que la empatía debe llegar a ser dentro de la amistad. Comprender sin halagar significa no usar la cercanía para confirmar automáticamente al otro en todo lo que siente o concluye. No convertir la intimidad en un régimen de aprobación afectiva permanente. No llamar lealtad a lo que, en el fondo, es miedo a contrariar. Corregir sin humillar significa otra cosa no menos difícil: no usar la verdad como arma, no aprovechar el conocimiento íntimo del otro para herirlo mejor, no exponerlo desde una posición de superioridad ni hacer de la lucidez un espectáculo de fuerza moral. Sólo quien logra unir estas dos cosas se acerca a la forma más alta de amistad.

La dificultad está en que la amistad intensifica al mismo tiempo la compasión y el riesgo de parcialidad. Cuanto más quiero a alguien, más me duele su dolor y más fácil me resulta leerlo con benevolencia. Esto es comprensible y, en parte, bueno. La amistad debe inclinar a la defensa del otro frente a la simplificación hostil del mundo. Pero esa inclinación puede deformarse si se convierte en

incapacidad de verle sus excesos, sus cegueras o sus responsabilidades. Entonces el amigo deja de ser alguien que me comprende desde dentro y se convierte en alguien que me absuelve desde dentro. La diferencia es decisiva. La primera forma me humaniza. La segunda me debilita.

Se ve así por qué la empatía amistosa necesita ser atravesada por una forma de justicia. No una justicia impersonal o fría, sino una justicia del vínculo, capaz de no dejar que el afecto nuble por completo la relación con la verdad. Hay amigos que, por no querer herir, acompañan largamente autoengaños evidentes. Otros, por no perder el lugar de confidentes privilegiados, se vuelven cómplices de hábitos destructivos. Otros, por identificarse demasiado con la herida del amigo, terminan compartiendo sin examen su interpretación de cada conflicto. En todos estos casos hay cercanía, sí, pero una cercanía mal ordenada. La empatía se ha separado del juicio y, al separarse, ha empezado a servir menos al bien del amigo.

También existe el error contrario: amistades donde la franqueza se vuelve coartada de una falta profunda de empatía. “Yo soy así, te digo las cosas en la cara”, “si somos amigos de verdad, puedo hablarte sin filtros”, “prefiero decirte la verdad antes que quedar bien contigo.” Estas frases pueden contener algo noble. Pero a menudo encubren una gran torpeza relacional. Se dice algo verdadero quizá, pero sin haber entrado suficientemente en el mundo desde el cual el otro podrá recibirlo. Se corrige sin tacto, sin tiempo, sin forma. Y luego se llama a eso autenticidad. La amistad madura no acepta esta coartada. Sabe que decir verdad sin comprensión puede ser una forma de deslealtad casi tan grave como callar por complacencia.

En este punto la empatía muestra su función más alta dentro de la amistad: no eliminar la verdad, sino **civilizarla**. Hacer que la corrección no sea bárbara. Hacer que la crítica no nazca de la impaciencia ni del orgullo, sino de una visión más completa del otro. El amigo verdaderamente empático no sólo me dice que estoy equivocado; intenta decirlo desde el lugar donde mi error se ha vuelto comprensible sin por ello volverse aceptable. Ésta es una de las formas más nobles de intervención humana. No simplifica mi falta, pero tampoco me arroja sobre ella como si yo coincidiera enteramente con ella. Me habla de un modo que conserva mi dignidad incluso al contrariarme.

Esto implica algo muy importante: en la amistad, la empatía no debe ser confundida con **tomar partido automáticamente**. Una gran tentación del vínculo amistoso consiste en hacer de la lealtad una suspensión del discernimiento. El amigo sufre, luego hay que estar enteramente de su lado. El amigo se siente traicionado, luego hay que asumir sin más que ha sido traicionado. El amigo se siente humillado, luego toda la escena debe ser ya leída desde la humillación. Este mecanismo ofrece alivio emocional y refuerza la sensación de alianza. Pero puede empobrecer gravemente la amistad. Porque el amigo deja de encontrar en mí un interlocutor real y encuentra sólo una prolongación afectiva de su propio estado.

La lealtad verdadera exige algo más difícil. Exige poder decir: “estoy contigo” sin que esa frase signifique “todo lo que tú lees de esta situación queda ratificado por mí”. Exige poder acompañar la herida y, al mismo tiempo, no abandonar la pregunta por la verdad de los hechos, por el sentido del conflicto o por la parte de responsabilidad del propio amigo. Esta posición es incómoda porque nos expone a ser vividos, en ciertos momentos, como menos incondicionales de

lo que el otro quisiera. Pero precisamente esa incomodidad es una prueba de madurez. La amistad que nunca soporta ser malinterpretada por un instante en nombre de una verdad más alta suele estar demasiado gobernada por la necesidad de agradar.

Ahora bien, esta verdad no debe ser introducida de cualquier manera. Aquí se ve con claridad que la empatía no es sólo condición de la escucha, sino también condición del momento, del tono y de la medida. No toda verdad cabe en cualquier instante. No toda corrección debe ser inmediata. No toda lucidez tiene derecho a la palabra apenas aparece. El amigo empático discierne también esto. Sabe que a veces primero hay que acompañar la conmoción antes de pensar con claridad. Y sabe, en otros casos, que una validación demasiado prolongada fijará al otro en una interpretación que luego será más difícil de revisar. La amistad exige esta prudencia concreta. No hay regla única. Hay una atención fina a la relación entre verdad, tiempo y vulnerabilidad.

Esta atención se vuelve especialmente importante en los momentos de mayor fragilidad: duelos, traiciones, fracasos, crisis afectivas, heridas narcisistas profundas, episodios de vergüenza o de gran desorientación. En esos momentos, la empatía del amigo debe ser muy real, pero también muy sobria. Si falta, el otro se sentirá dejado solo precisamente donde más necesitaba ser acogido. Si se desordena, puede alimentar interpretaciones absolutas, dependencias nuevas o imposibilidades futuras de pensar con verdad. El amigo maduro sabe permanecer cerca del dolor sin entregarle por completo el gobierno del vínculo. Esa combinación es rarísima y muy valiosa.

También la amistad muestra de modo ejemplar el problema del **límite empático**. Porque un amigo no es un recipiente infinito para

la vida interior del otro. Puede acompañar mucho, escuchar mucho, sostener mucho. Pero si la relación empieza a organizarse en torno a una absorción unilateral de dolor, demanda, crisis o necesidad de contención, la empatía corre el riesgo de mutar en autoanulación o fatiga. La amistad verdadera no necesita que uno de los dos desaparezca como centro para que el otro exista. Si eso ocurre, el vínculo se descompensa. Por eso la empatía amistosa madura incluye la capacidad de decir: "esto te lo escucho y me importa, pero no puedo ser para ti todo el tiempo el único lugar donde esto exista"; o incluso: "te acompaño, pero aquí necesitamos otra forma de ayuda o de verdad que yo no puedo darte solo desde la amistad".

Estas frases no son falta de amor. Son formas altas de respeto por ambos. Porque la amistad no debe transformarse ni en una clínica permanente ni en una fusión donde uno queda encargado de metabolizar la vida entera del otro. La empatía bien situada protege al vínculo de esa deriva. Comprende la necesidad, sí, pero no la deja ocuparlo todo. Sabe que una amistad puede romperse no sólo por falta de presencia, sino también por exceso de absorción.

Hay otro punto muy importante: la amistad es uno de los lugares donde la empatía puede alcanzar una forma especialmente noble de **memoria del otro**. El amigo no sólo comprende escenas aisladas; aprende con el tiempo el modo singular en que el otro vive ciertas cosas. Conoce sus umbrales, sus heridas, sus alegrías raras, sus silencios, sus mecanismos de defensa, aquello que lo desordena y aquello que lo recompone. Esta memoria puede usarse para cuidar mejor o para herir mejor. Ahí aparece una prueba decisiva del vínculo. La amistad verdadera usa esa memoria para no golpear innecesariamente y para estar más precisamente cuando hace falta. No la usa como arsenal secreto en el conflicto ni como fuente de

poder. La empatía madura se prueba mucho en este uso ético de lo que se sabe del otro.

La misma memoria tiene otra función valiosa: permite corregir sin reducir. Cuando un amigo se pierde por un tiempo en una reacción desordenada, en una narrativa excesiva o en una conducta indigna, la memoria empática le recuerda al vínculo que esa escena no agota a la persona. Esto no significa negar la gravedad de lo ocurrido. Significa no dejar que el instante más torcido se convierta en verdad total del otro. La amistad necesita enormemente esta memoria para sobrevivir a ciertos conflictos sin volverse ni ciega ni despiadada. Sin ella, la corrección tiende a absolutizar el error. Con ella, puede sostenerse una crítica más justa.

También debe decirse que la empatía en la amistad no consiste sólo en acompañar sufrimientos. Sería una visión demasiado estrecha. El amigo verdaderamente empático comprende también las alegrías, los entusiasmos, las esperanzas, las vergüenzas pequeñas, los pudores, los fracasos silenciosos y hasta ciertas formas de absurdo íntimo que apenas se dejan decir en otros vínculos. Comprender a alguien no es sólo entrar en su herida. Es también aprender cómo el mundo se le vuelve luminoso o significativo. Esta amplitud es importante, porque una amistad centrada únicamente en el dolor corre el riesgo de hacerse demasiado grave, demasiado dependiente de la crisis o demasiado identificada con la función de contención. La empatía más alta acompaña también lo vivo, lo fértil, lo ridículo, lo incipiente y lo frágil en sentido no trágico.

Esta amplitud protege a la amistad de otra deformación: la de convertirse en un lugar donde uno sólo comparece en cuanto problema. Hay vínculos donde las personas se comprenden mucho, sí, pero casi exclusivamente en sus zonas de carencia. Se conocen

por sus heridas, por sus colapsos, por sus conflictos, por sus vacíos. La empatía madura evita esta reducción. No niega la importancia del sufrimiento, pero tampoco permite que la identidad del amigo quede absorbida por él. Sabe ver la herida sin olvidar la totalidad. Y esta visión de totalidad es una de las formas más altas de lealtad.

Podría decirse, entonces, que la gran tarea de la empatía en la amistad es hacer posible una cercanía en la que el otro pueda ser **más verdaderamente él mismo** y no simplemente más acompañado en su estado actual. Esto es decisivo. Porque uno puede acompañar mucho a una persona y, sin embargo, confirmarla demasiado en una forma empobrecida de sí. La amistad verdaderamente empática no sólo ve cómo estás hoy; guarda también memoria de tu verdad más amplia y de tu posibilidad de responder desde un lugar mejor. Por eso puede a veces consolarte y a veces exigirte. Puede recogerte y puede desafiarte. Puede decirte "sí, esto duele" y también "no, no eres sólo esta herida". Éste es uno de los grandes bienes humanos.

La formulación más rigurosa que puede extraerse de todo esto sería ésta:

En la amistad, la empatía alcanza su forma madura cuando permite comprender hondamente al otro sin convertir esa comprensión ni en halago complaciente ni en verdad humillante, haciendo posible una cercanía que acompañe la herida, respete la alteridad y sirva al bien del amigo más que a la comodidad emocional del vínculo.

Ésta es una de las pruebas más finas de la facultad. Porque en la amistad la empatía ya no puede esconderse ni detrás de la distancia ni detrás de la pura función. Debe habitar la intimidad sin invadirla, la lealtad sin cegarse, la verdad sin endurecerse y el afecto sin

disolver el juicio. Allí se ve con claridad que comprender de verdad a otro ser humano no es darle siempre la razón, sino hacerse capaz de estar a su lado de una forma que no traicione ni su dolor ni su verdad.

12.2. La empatía en el amor: cercanía sin absorción, cuidado sin posesión

Si la amistad permite ver con claridad la necesidad de una empatía capaz de unir cercanía y verdad, el amor —y de modo muy especial el amor de pareja— radicaliza todavía más la exigencia. Porque en el amor no sólo hay comprensión del otro, sino deseo de unión, implicación afectiva intensa, vulnerabilidad recíproca, memoria compartida, expectativas, promesas, cuerpo, tiempo, dependencia posible y una tendencia permanente a confundir profundidad con fusión. Allí la empatía puede convertirse en una de las formas más altas de cuidado o en una de las vías más finas de posesión. Por eso el amor constituye una prueba especialmente severa para la facultad.

Conviene empezar por una verdad decisiva: el amor no se identifica con la empatía, pero sin empatía se vuelve fácilmente ciego. Ya se vio que amar no es sólo comprender la experiencia del otro, sino querer su bien en cuanto otro. Pero precisamente porque el amor quiere el bien del otro, necesita conocer mejor cómo ese otro vive, teme, se hiere, espera, goza, interpreta y sufre. Un amor sin empatía corre el riesgo constante de confundir el bien del otro con la propia necesidad sobre él. Protege cuando debería soltar, exige cuando debería escuchar, se adelanta cuando debería esperar, decide por el otro lo que sólo el otro puede recorrer desde dentro. La empatía salva al amor de esta ceguera posesiva.

Sin embargo, el amor introduce un peligro que en otros vínculos es menos intenso: la tendencia a identificar cercanía con disolución de

la diferencia. Se piensa fácilmente que cuanto más se ama, menos distancia debería haber entre ambos; que el amor más alto sería aquel en el que “no hay secretos”, “no hay zonas cerradas”, “no hay experiencias que no compartamos plenamente”. Desde esta lógica, la empatía parece destinada a una especie de expansión indefinida: comprenderlo todo, sentirlo todo con el otro, entrar en cada pliegue de su vida interior, anticipar cada movimiento afectivo, volverse cada vez más transparente al mundo del amado y hacerlo transparentemente accesible al propio. Pero esta fantasía, aunque seductora, es profundamente ambigua. Porque el amor humano no madura por abolición de la alteridad, sino por una cercanía que aprende a habitarla sin querer devorarla.

Aquí aparece la primera gran tarea de la empatía en el amor: impedir que el deseo de unión se convierta en **absorción**. Amar no da derecho a invadir la interioridad del otro. No autoriza a interpretar sin medida, a exigir transparencia total, a leer cada silencio como deuda afectiva o a convertir la intimidad en obligación de exposición continua. El amor maduro quiere conocer al otro, sí, pero no poseerlo desde dentro. La empatía bien ordenada le recuerda constantemente que el otro sigue siendo otro incluso en la máxima cercanía. Y esta verdad no enfría el amor. Lo purifica de su tentación posesiva.

La posesión amorosa adopta con frecuencia un lenguaje aparentemente noble. Dice: “quiero saber todo de ti porque te amo”, “si de verdad me amaras, no habría zonas donde yo no pudiera entrar”, “quiero comprenderte completamente”, “no quiero que tengas un mundo al que yo no acceda”. Estas expresiones parecen brotar de intensidad afectiva alta. Y pueden contener un deseo real de unión. Pero contienen también una ambigüedad peligrosa:

traducen la cercanía en derecho de acceso. La empatía madura resiste precisamente esta traducción. Comprende al otro para recibirlo mejor, no para convertirlo en territorio sin resto.

Esto significa que el amor necesita una empatía capaz de respetar la **reserva legítima**. No porque el amor deba organizarse sobre secretos o sobre distancia fría, sino porque ninguna relación humana suprime del todo la interioridad propia. Hay tiempos, silencios, dudas, heridas y procesos de elaboración que no pueden ser forzados sin violencia. Hay verdades que comparecen mejor cuando el otro no es presionado a ofrecerlas para tranquilizar la ansiedad afectiva del vínculo. La empatía madura, dentro del amor, sabe esperar. No interpreta toda reserva como falta de entrega. A veces la reserva no es retirada del amor, sino condición de una comparecencia más verdadera.

Pero tampoco debe errarse en sentido contrario. Hay amores donde, en nombre del respeto a la alteridad, se evita entrar realmente en el mundo del otro. Cada uno se vuelve una especie de isla amable, se preserva demasiado, no se deja afectar lo suficiente y llama madurez a lo que en el fondo es defensa. La empatía auténtica no legitima ese enfriamiento. Amar exige de verdad salir de sí, dejarse tocar por la experiencia ajena, hacerse vulnerable a cómo el mundo pesa sobre el otro. Sin esta exposición, el amor se vuelve convivencia ordenada, afinidad funcional o pacto de mutuo respeto, pero no llega a la densidad de una comunión viva. Por eso la clave no está en elegir entre fusión o distancia, sino en alcanzar una cercanía con forma.

Esta cercanía con forma puede expresarse así: **estar muy dentro de la vida del otro sin instalarse como dueño de su interioridad**. Éste es uno de los logros más altos del amor maduro. Supone escuchar

de verdad, percibir umbrales, reconocer heridas recurrentes, aprender la gramática singular del dolor y de la alegría del amado, captar qué tipo de palabra hiere más de lo que aparenta, qué gesto lo recompone, qué silencio lo amenaza, qué conflicto toca zonas antiguas. Todo esto pertenece a una gran empatía amorosa. Pero esa misma empatía, si es madura, no usará ese saber como privilegio para administrar, manipular o colonizar. Lo usará para cuidar mejor y para no tratar al otro como si fuera intercambiable con uno mismo.

Se ve aquí una diferencia fundamental entre el amor inmaduro y el amor formado. El primero suele vivir la comprensión del otro como una forma de **poder afectivo**. Quien mejor entiende parece ocupar una posición central: sabe qué decir, cuándo retirarse, cómo tocar la fibra exacta, cómo desarmar, cómo contener, cómo hacer falta. La empatía puede convertirse entonces en ventaja dentro del vínculo. El segundo, en cambio, vive la comprensión como una forma de responsabilidad. Saber más del mundo del otro no lo autoriza más; lo obliga más. Lo obliga a no usar ese conocimiento contra él, a no producir dependencias innecesarias, a no aprovechar las zonas vulnerables para asegurar posición o dominio. La empatía amorosa madura se mide mucho en esta renuncia a convertir comprensión en superioridad.

El amor muestra también con especial intensidad otro riesgo: la **autoanulación empática**. Hay personas que, por amar, empiezan a considerar moralmente sospechoso todo lo propio que no coincida con la necesidad o con la herida del amado. Su cansancio les parece egoísmo. Su límite les parece falta de amor. Su necesidad de espacio les parece traición. Y como comprenden con mucha agudeza el dolor del otro, ya no logran sostener suficientemente la legitimidad de su propio centro. El vínculo se inclina entonces de manera

peligrosa. Uno vive cada vez más desde la experiencia del otro; el otro, cada vez menos obligado a hacer espacio real para la experiencia del primero.

Esta dinámica puede parecer profundamente amorosa y, sin embargo, corromper la relación. Porque el amor no necesita la desaparición de uno de sus polos. Necesita que ambos puedan existir en una cercanía verdadera. Cuando uno se convierte casi exclusivamente en continente de la vida afectiva del otro, la relación pierde reciprocidad real, aunque gane intensidad dramática. La empatía madura dentro del amor debe ser, por tanto, también una defensa del propio centro. No una defensa egoísta ni cerrada, sino la conciencia de que amar no obliga a abdicar de sí. Quien no puede seguir siendo alguien en el vínculo difícilmente podrá amar bien; acabará o resentido o invadido o agotado.

De aquí se sigue una verdad muy importante: el amor necesita una empatía que haga posible el **límite sin desamor**. Éste es uno de sus exámenes más altos. Hay momentos en que la persona amada pide algo desde un dolor real, desde una inseguridad profunda, desde una herida de abandono o desde una necesidad intensa de confirmación. Comprender ese trasfondo importa muchísimo. Pero no siempre conceder lo pedido sirve a su bien ni al bien del vínculo. A veces el amor más verdadero exige no ceder, no responder como el otro desea, no absorber una ansiedad, no entrar en un patrón de tranquilización infinita, no permitir una forma de control, no confirmar una lectura celosa o no convertirse en única fuente de sostén emocional. Todo esto puede doler mucho. Precisamente por eso la empatía es indispensable. Pero no para cancelar el límite, sino para sostenerlo de manera menos ciega y menos cruel.

Hay una forma muy alta de amor que consiste en poder decir: “entiendo por qué esto te duele, veo qué herida toca, sé que para ti no es pequeño, y precisamente por eso quiero responder de una manera que no te humille pero tampoco alimente lo que nos dañaría a ambos”. Esta frase, en sus diversas formas, expresa el núcleo de la empatía amorosa madura. No abandona la experiencia del otro. Tampoco la convierte en soberana. Hace algo más difícil: la toma en serio sin someterse enteramente a ella.

Esto permite comprender por qué la pareja no puede sostenerse sanamente sobre la pura lógica de la **validación mutua**. Validarse es importante. Nadie quiere habitar un amor donde su experiencia sea negada con dureza o ridiculizada. Pero si la validación se vuelve la forma dominante del vínculo, éste corre el riesgo de transformarse en una alianza de confirmación afectiva más que en un espacio de crecimiento compartido. El amor adulto necesita otro nivel: la capacidad de reconocer lo que el otro vive y, a la vez, ayudarlo a no quedar prisionero de toda vivencia. A veces eso exigirá consolar. Otras, contradecir. Otras, pedir tiempo. Otras, no entrar en la escena tal como la herida inmediata la construye. Sin esto, la empatía amorosa degenera en complicidad afectiva.

También debe señalarse que la empatía en el amor no se dirige sólo al sufrimiento. Un amor empáticamente pobre puede acompañar bien las crisis y, sin embargo, no saber entrar en las **alegrías, entusiasmos, deseos de crecimiento o zonas de vitalidad** del otro. Esto es un empobrecimiento serio. Amar es también poder comprender cómo el otro sueña, qué le da vida, qué le resulta fecundo, qué tipo de belleza lo despierta, qué proyecto lo enciende, qué forma de silencio lo nutre. Hay vínculos donde las personas conocen muy bien las heridas del otro, pero muy poco su mundo

afirmativo. Se aman en la fragilidad, pero no saben realmente alegrarse con profundidad por lo que al otro lo vuelve más él mismo. La empatía amorosa madura debe ensancharse también hacia esa zona. De lo contrario, el vínculo corre el riesgo de organizarse alrededor del déficit y no del florecimiento.

Este punto es crucial porque corrige una visión demasiado terapéutica del amor. Amar no es sólo contener heridas. Es también acompañar la singularidad viva del otro en aquello que no cabe bajo la categoría de problema. Comprender su manera de crear, de celebrar, de entusiasmarse, de demorarse, de buscar sentido. El amor más alto no se limita a ser refugio contra el dolor. Es también espacio de reconocimiento de una forma singular de estar en el mundo. La empatía permite precisamente esta forma más rica de reconocimiento.

Ahora bien, todo esto se vuelve especialmente difícil porque en el amor uno no escucha desde una neutralidad benévola, sino desde la propia **vulnerabilidad comprometida**. El dolor del otro me afecta no sólo como espectador compasivo, sino como alguien cuya vida está ya implicada en esa escena. Eso significa que mi empatía está constantemente atravesada por mi propio miedo, por mis heridas, por mi necesidad de ser amado, por mis defensas y por mi deseo de no ser injusto. Por eso la empatía en el amor exige una vigilancia interior todavía más fuerte que en otros vínculos. Debo preguntarme no sólo qué vive el otro, sino desde qué parte de mí lo estoy escuchando. ¿Desde amor o desde culpa? ¿Desde deseo de unión o desde miedo a ser dejado? ¿Desde libertad o desde necesidad de asegurar el vínculo a cualquier precio? Sin esta vigilancia, la comprensión se mezcla demasiado fácilmente con autoconservación afectiva.

Se ve aquí que el amor maduro necesita no sólo empatía hacia el otro, sino también una cierta **lucidez sobre sí mismo**. No para convertir el vínculo en análisis permanente, sino para no usar sin advertirlo al otro como solución de las propias carencias mientras uno cree estar simplemente comprendiéndolo. Muchas falsas empatías amorosas nacen precisamente de esta mezcla: creo entender mejor al otro cuando en realidad estoy organizando mi respuesta desde mi miedo a perderlo, desde mi necesidad de ser necesario o desde mi dificultad para soportar conflicto. El amor adulto exige atravesar estas mezclas con honestidad.

También hay un peligro inverso: el de usar la empatía como manera de **leerlo todo** dentro de la pareja. Hay personas que convierten el vínculo amoroso en una escena de interpretación casi continua. Todo tiene sentido psicológico profundo, todo se conecta con heridas previas, todo se vuelve material para lectura mutua. Esto puede parecer gran intimidad. Pero a menudo genera asfixia. El otro ya no siente que puede simplemente vivir, reaccionar, equivocarse o callar sin ser inmediatamente traducido a una arquitectura interior. La empatía amorosa madura no necesita esa ocupación constante. Sabe que el amor también necesita aire, zonas no procesadas, espacios donde la vida pueda darse sin ser interpretada sin cesar.

Esta necesidad de aire es decisiva. Un amor sin suficiente **respiración interior** se vuelve fácilmente demasiado intenso para ser habitable. Y cuando eso ocurre, la empatía suele deformarse en vigilancia, en interpretación excesiva, en mutua gestión afectiva o en dependencia de confirmación. La sobriedad empática en el amor no debilita la intimidad; la hace sostenible. Permite que el vínculo no gire sólo en torno a la decodificación infinita de la interioridad

mutua, sino también en torno a una presencia que acompaña sin colonizar.

Debe decirse además que la empatía en el amor está siempre amenazada por la **parcialidad**. No sólo por la parcialidad a favor del amado frente al resto del mundo, lo cual es en alguna medida esperable, sino también por la parcialidad dentro del propio vínculo: entender mejor la propia herida que la del otro, tomar como más evidentes las propias razones, vivir como menos legítimo el dolor que no se parece al propio. Aquí la empatía exige un trabajo de descentramiento particularmente difícil. Porque el conflicto amoroso toca zonas muy primarias del yo. No basta con buena intención. Hace falta un esfuerzo muy concreto por conceder realidad moral al mundo del otro incluso cuando su experiencia me hiere, me descoloca o se me presenta como injusta. Ésta es una de las pruebas más duras del amor.

En el conflicto amoroso, por tanto, la empatía no debe entenderse como la capacidad de sentir siempre lo mismo que el otro, sino como la capacidad de **no reducirlo a enemigo o a caricatura** precisamente en el momento en que más tentador sería hacerlo. Cuando el vínculo duele, la mente simplifica: el otro aparece como injusto, egoísta, controlador, frío, exagerado, evasivo. A veces lo es en parte. Pero la empatía madura resiste la reducción total. Intenta seguir viendo la herida, la lógica, el miedo o la torpeza desde donde esa figura dolorosa se ha hecho posible. No para justificarla, sino para impedir que el conflicto destruya por completo la condición de sujeto del amado. Éste es uno de los servicios más altos de la empatía en el amor.

Podría decirse, entonces, que la gran tarea de la empatía amorosa es hacer posible una unión donde ninguno de los dos deba

desaparecer: ni el otro en mi deseo de poseerlo, ni yo en mi deseo de no herirlo, ni la verdad en el miedo a perder la cercanía, ni la cercanía en el ejercicio brutal de la verdad. Esta tarea es inmensa. Y por eso el amor constituye uno de los lugares más exigentes de formación moral. Amar bien no es sólo sentir mucho. Es aprender a comprender al otro de tal manera que el vínculo no se organice ni como dominio ni como disolución, sino como una cercanía en la que ambos puedan crecer en realidad.

La formulación más rigurosa sería ésta:

En el amor, la empatía alcanza su forma madura cuando permite una cercanía intensa sin absorción, una comprensión profunda sin invasión y un cuidado verdadero sin convertir ni la herida del otro ni el deseo de unión en soberanos del vínculo, haciendo posible una comunión que sirva al bien de ambos y no a la posesión de ninguno.

Ésta es una de las metas más altas de la vida afectiva. Porque allí donde el amor logra comprender sin poseer, corregir sin destruir, acompañar sin desaparecer y unirse sin borrar la diferencia, la empatía deja de ser una emoción prestigiosa y se convierte en una verdadera forma de civilización del deseo.

12.3. La empatía en la crianza: acoger sin debilitar, exigir sin aplastar

Pocos ámbitos muestran con tanta claridad la necesidad y los límites de la empatía como la crianza. Allí el otro no comparece todavía como adulto plenamente formado, sino como un ser en crecimiento, dependiente, vulnerable, a veces opaco para sí mismo, atravesado por intensidades que no sabe nombrar y necesitado, al mismo tiempo, de acogida y de forma. Por eso la empatía en la

crianza no puede ser idéntica a la empatía entre iguales. Su estructura es más compleja. Quien cría debe comprender el mundo vivido del niño, del adolescente o del joven, pero no puede limitarse a acompañarlo desde dentro. Tiene también la tarea de introducirlo en una relación más verdadera con la realidad, con el límite, con la frustración, con la responsabilidad y con el bien. La empatía aquí no elimina la autoridad. La purifica.

Conviene empezar por una verdad básica: criar sin empatía degrada profundamente la autoridad. La vuelve ciega, torpe y, con frecuencia, humillante. Un adulto que no intenta comprender cómo vive un niño una corrección, una espera, una pérdida, una comparación, una exigencia escolar, una vergüenza social o una sensación de exclusión corre el riesgo de administrar la formación desde fuera, como si el crecimiento consistiera sólo en imponer normas sobre una superficie pasiva. Pero el niño no es una superficie. Tiene mundo interior, aunque no sepa explicarlo; tiene umbrales singulares de dolor, de miedo y de confusión; tiene una lógica afectiva propia, a veces muy distinta de la del adulto. Ignorar todo eso no vuelve más fuerte la educación. La empobrece.

La falta de empatía en la crianza suele adoptar la forma de una sobriedad mal entendida. El adulto cree que comprender demasiado a un niño lo debilitaría o lo malcriaría. Entonces interpreta el sufrimiento infantil como exageración, dramatismo o simple capricho. Lo que para el niño es devastador, para el adulto aparece como nimiedad: una exclusión mínima, una corrección en público, un objeto perdido, una amistad rota, un gesto de desaprobación, una mudanza, una burla, una nota escolar, una tardanza, un silencio. Y como el adulto compara esa experiencia con la escala de sus propios problemas, concluye demasiado rápido que

no merece tanta atención. Éste es uno de los grandes errores de la crianza sin empatía: creer que, porque una herida no pesa tanto en la medida del adulto, tampoco pesa tanto en la realidad del niño.

La empatía corrige precisamente esta desproporción. Obliga al adulto a entrar, al menos en parte, en el mundo tal como se da para quien todavía no tiene ni la misma historia, ni la misma capacidad de simbolización, ni los mismos recursos interiores para ordenar lo que vive. Esto no significa que deba concederle a cada vivencia infantil autoridad absoluta. Significa algo más elemental y más importante: que no debe tratarla como si no fuera real. El niño no necesita primero una teoría del bien. Necesita primero sentir que su mundo existe para quien lo guía. La autoridad que no pasa por este reconocimiento se vuelve más fácilmente brutal que formativa.

Pero si la crianza sin empatía se endurece, la crianza gobernada sólo por empatía se ablanda de manera peligrosa. Éste es el otro gran riesgo. El adulto comprende tanto la frustración del niño que ya no puede sostener la frustración necesaria. Ve con tanta claridad su angustia, su llanto, su vergüenza o su rabia, que toda exigencia empieza a parecerle una agresión. Cada límite duele, luego todo límite resulta moralmente sospechoso. Cada negativa provoca malestar, luego toda negativa parece injusta. La empatía se vuelve entonces una forma de desarme educativo. El adulto ya no forma; administra el clima emocional inmediato.

Éste es uno de los errores más extendidos de la sensibilidad contemporánea en la crianza: confundir el respeto por la experiencia del niño con la obligación de reducir al mínimo toda experiencia dolorosa. Pero crecer duele. No porque el dolor sea bueno en sí mismo, sino porque toda formación implica renuncias, esperas, frustraciones, correcciones, límites y contacto con realidades que

no se dejan organizar por el deseo inmediato. Un niño que nunca experimenta estos choques de manera sostenida por una autoridad justa no se vuelve más libre ni más sano. Se vuelve más frágil, más incapaz de tramitar la negatividad y, muchas veces, más dependiente de un entorno que confirme continuamente su estado afectivo.

Por eso la empatía en la crianza tiene una tarea paradójica: debe ayudar al adulto a comprender mejor el sufrimiento del niño precisamente para poder sostener, de manera menos violenta, aquello que a veces ese niño necesita y no desea. Ésta es una forma muy alta de amor educativo. No negar que la frustración duele. No ridiculizarla. No compararla con ironía con problemas "reales" de los adultos. Pero tampoco entregar la orientación del vínculo al dolor que esa frustración produce. La empatía educativamente madura dice, en el fondo: "sé que esto te pesa mucho y, precisamente por eso, quiero estar contigo aquí sin quitarte por ello lo que necesitas atravesar."

Ésta es la diferencia entre una crianza empática y una crianza sentimental. La segunda quiere suprimir rápidamente el malestar visible para restablecer la paz. La primera quiere atravesarlo con el niño sin abandonarlo y sin rendirse a él. En la crianza sentimental el llanto, la rabia o la angustia del menor adquieren una autoridad casi decisiva. En la crianza empática, en cambio, esas expresiones pesan mucho, pero no mandan solas. Importan como lenguaje de una experiencia que debe ser leída y acogida. No como tribunal absoluto de lo justo.

Esto se ve con mucha claridad en la cuestión del límite. Un límite bien puesto no consiste en una negativa seca ni en una explicación interminable que intenta convencer afectivamente al niño de que no

sufra. Consiste en una forma de presencia donde el adulto sabe lo que sostiene, sabe por qué lo sostiene y, al mismo tiempo, no trata el dolor del niño como simple ruido a neutralizar. Puede decir: “entiendo que no quieras esto”, “sé que te da rabia”, “veo que te duele”, “sé que ahora te parece insoportable”, pero no por ello retira el límite si ese límite es justo. La empatía aquí no suaviza la estructura del límite; suaviza la manera bárbara de ejercerlo.

Hay en esto una lección decisiva: el niño necesita no sólo ser comprendido, sino también encontrar un adulto que no se desmorone ante el hecho de que lo comprendido duela. Porque si cada dolor del niño desorganiza al adulto, el niño queda sin continente real. Puede conseguir alivio inmediato, sí. Pero no aprende que la realidad puede atravesarse con otro sin que el otro tenga que abolirla. La autoridad verdaderamente empática transmite precisamente eso: “tu malestar no me es indiferente, pero tampoco me vuelve incapaz de sostenerte.” Esta experiencia forma interiormente de un modo muy profundo.

La empatía en la crianza cumple también otra función decisiva: evita que el niño sea reducido a su **conducta visible**. Éste es un punto central. Un niño desobediente, agresivo, retraído, mentiroso o desafiante puede ser leído de manera plana: “es malo”, “es caprichoso”, “es difícil”, “es manipulador”, “siempre hace lo mismo”. La empatía rompe esa reducción y obliga a preguntarse qué hay detrás: miedo, humillación, necesidad de atención, celos, sensación de impotencia, desorganización, vergüenza, hambre afectiva, ansiedad, dificultades de simbolización, inmadurez o mezcla de varias cosas. Esta pregunta no justifica la conducta. Pero permite intervenir de un modo más verdadero. Corrige mejor quien ve más.

Aquí se vuelve especialmente importante distinguir entre **explicar** y **excusar**. El niño o el adolescente necesita adultos que hagan lo primero sin caer automáticamente en lo segundo. Explicar por qué reaccionó así puede evitar castigos ciegos, etiquetas injustas y respuestas humillantes. Pero excusar sistemáticamente la conducta en nombre de la herida o de la fragilidad termina privándolo de una relación seria con la responsabilidad. La empatía educativa madura se mueve justo en ese filo. Mira detrás de la conducta para no aplastar al sujeto bajo ella, pero no deja de tratar la conducta misma como algo que debe ser trabajado, limitado, corregido o encauzado.

Esto resulta especialmente delicado en la adolescencia, donde la necesidad de comprensión es muy grande, pero también lo es la tentación de convertir la intensidad subjetiva en criterio total. El adolescente vive muchas veces sus emociones con una fuerza que el adulto ya no recuerda desde dentro con la misma inmediatez. Amores, rechazos, vergüenzas, sensación de fracaso, conflictos de identidad, comparación social, pertenencia grupal, imagen corporal, futuro incierto: todo puede adquirir una densidad extrema. La falta de empatía adulta aquí genera humillación y distancia. Pero el exceso de identificación genera otra deformación: el adulto abdica de su función formativa y se vuelve simplemente acompañante emocional de un mundo que ya no se atreve a orientar.

La orientación, sin embargo, sigue siendo necesaria. El adolescente no necesita sólo sentirse visto; necesita también encontrar a alguien que no reduzca su experiencia, pero que tampoco se someta enteramente a ella. La empatía en esta etapa exige una capacidad especialmente rara: tomar con seriedad máxima vivencias que uno

sabe, desde la perspectiva adulta, que pueden contener mucha desproporción. No se trata de elegir entre “esto es real” y “esto es exagerado”. Muchas veces será ambas cosas a la vez: real en su vivencia, exagerado en algunas de sus conclusiones. El adulto empático maduro es capaz de habitar esa complejidad sin burlarse y sin capitular.

Hay además una dimensión muy importante de la empatía en la crianza que no debe reducirse al sufrimiento: la capacidad de reconocer la **singularidad positiva** del niño. Es decir, no sólo su miedo, su llanto o su desorden, sino también su modo de entusiasmarse, de demorarse, de jugar, de preguntar, de crear, de observar, de intuir, de vincularse con el mundo. Una crianza sin esta empatía afirmativa corre el riesgo de volverse puramente correctiva. Ve problemas, no vocaciones. Ve conductas a encauzar, no formas singulares de estar en el mundo. Y eso empobrece enormemente la formación. El niño necesita ser corregido, sí. Pero también necesita ser visto en aquello que no es carencia.

De hecho, una gran parte de la empatía educativa consiste en advertir que dos niños no viven igual una misma exigencia. Uno necesita más tiempo, otro más estructura, otro más aliento, otro menos estimulación, otro más soledad, otro más contención, otro más confianza explícita, otro menos intervención. La justicia educativa no consiste en tratar a todos exactamente igual, sino en tratar a cada uno de manera suficientemente fiel a su singularidad sin por ello perder una medida común. La empatía ayuda a descubrir esta singularidad concreta. Sin ella, la autoridad se vuelve uniformadora. Pero sin juicio, la atención a la singularidad se convierte en arbitrariedad o sentimentalismo.

Aquí aparece con gran claridad la relación entre empatía y prudencia. Criar empáticamente no significa seguir un método fijo, sino aprender a discernir qué necesita este hijo, este alumno, este adolescente, aquí y ahora. A veces hará falta consolar más. A veces, hablar menos y sostener. A veces, explicar. A veces, simplemente permanecer. A veces, retirar un estímulo. A veces, aumentar la exigencia. La empatía sin prudencia puede sentir mucho y responder mal. La prudencia sin empatía puede responder ordenadamente, pero sobre una comprensión demasiado pobre del caso. Sólo juntas producen verdadera sabiduría educativa.

También debe decirse que la empatía en la crianza no puede convertirse en un régimen donde el adulto esté obligado a **transparentarse emocionalmente** de manera total para ser considerado humano. A veces se piensa que la mejor forma de empatizar con un niño o con un adolescente consiste en compartirle continuamente las propias emociones, vulnerabilidades y procesos internos. Esto puede tener momentos valiosos, pero no es por sí mismo una regla de madurez. El niño no necesita que el adulto se vuelva su igual emocional. Necesita que el adulto sea legible, sí; humano, sí; no humillante, sí. Pero también necesita una asimetría formativa. Una presencia capaz de contener más que de descargar, de sostener más que de pedir sostén. La empatía no exige abolir la diferencia de lugares.

Esta asimetría es particularmente importante porque el niño aprende mucho no sólo de lo que se le dice, sino de cómo el adulto **habita el malestar**. Si cada conflicto lo desorganiza, si cada llanto lo hace ceder, si cada rabia lo vuelve culpable, si cada tensión lo impulsa a sobreexplicarse o a buscar desesperadamente la reconciliación inmediata, el niño aprende una relación muy frágil

con la frustración y con la autoridad. En cambio, cuando encuentra a un adulto que entiende su dolor y, aun así, permanece firme sin dureza, recibe una lección silenciosa de enorme valor: que la realidad puede ser difícil sin dejar de ser habitable, y que el amor puede sostener sin desmoronarse ni aplastar.

Hay una frase que resume bien esta forma alta de la crianza: **el niño no necesita un adulto que le ahorre toda herida, sino un adulto que no lo deje solo en las heridas que forman y que no añada, con torpeza o brutalidad, heridas innecesarias.** La primera parte corrige el sentimentalismo educativo. La segunda corrige la dureza. La empatía ocupa su lugar exacto entre ambas: no está para suprimir toda experiencia penosa, sino para impedir que la formación se vuelva ciega respecto del mundo interior de quien es formado.

Esto vale también para la corrección moral. Un niño o un adolescente necesita que se le nombre el mal cuando daña, miente, humilla o manipula. Pero también necesita que esa corrección no lo reduzca enteramente a lo que hizo. La empatía permite separar sin dividir artificialmente: “esto que hiciste está mal” no equivale a “tú eres sólo esto que hiciste”. Esta distinción es decisiva para la formación del carácter. Sin ella, la corrección humilla o fija identidades de culpa. Con ella, la exigencia puede mantenerse sin destruir la posibilidad de responder mejor.

La crianza muestra quizá mejor que ningún otro vínculo que la empatía no puede ser ni soberana ni ornamental. Si manda sola, la autoridad se descompone. Si falta, la autoridad se brutaliza. Su lugar exacto es otro: humanizar la guía, volver más verdadero el diagnóstico, hacer más justa la corrección, más habitable la frustración y más singular la forma de acompañar. Allí la empatía

deja de ser una emoción prestigiosa y se convierte en una inteligencia práctica del crecimiento ajeno.

La formulación más rigurosa sería ésta:

En la crianza, la empatía alcanza su forma madura cuando permite comprender el mundo vivido del niño o del adolescente con suficiente profundidad como para no humillarlo ni reducirlo a su conducta, y con suficiente forma como para sostener límite, exigencia y autoridad sin capitular ante el dolor inmediato que esas realidades pueden producir.

Ésta es una de las grandes tareas humanas. Porque formar a otro sin aplastarlo y sin debilitarlo exige una calidad de presencia rarísima: una presencia capaz de acoger sin halagar, de corregir sin degradar y de amar sin organizar el vínculo alrededor de la sola gestión del malestar. Allí la empatía se vuelve verdaderamente educativa.

12.4. La empatía en la educación: comprender el ritmo del otro sin renunciar a la verdad que debe aprender

La educación constituye un ámbito distinto de la crianza, aunque no totalmente separado de ella. Si en la crianza el centro estaba en la formación integral de una vida aún dependiente, en la educación aparece con más claridad la mediación de un contenido, de una exigencia intelectual, de una práctica, de una disciplina o de un saber que el otro debe recibir, elaborar y hacer propio. Esto vuelve especialmente delicada la función de la empatía. Porque el educador no está sólo ante un sujeto que sufre, teme o se desordena, sino también ante alguien que debe aprender algo que no posee todavía, y cuya relación con ese aprendizaje estará atravesada por orgullo, miedo, vergüenza, deseo de reconocimiento, resistencia, cansancio y formas muy distintas de experimentar la

dificultad. La empatía, aquí, no sustituye la enseñanza. La vuelve más verdadera.

Conviene empezar por una afirmación decisiva: enseñar sin empatía degrada el acto educativo. Lo convierte en transmisión exterior, en administración de contenidos o en aplicación indiferenciada de exigencias sobre sujetos que comparecen como si todos vivieran del mismo modo la dificultad, la exposición, el error o la frustración. Un profesor, un maestro o un formador que no intenta comprender qué significa para este alumno concreto no entender, quedar rezagado, ser corregido, ser comparado, equivocarse en público o no encontrar todavía acceso a una materia, corre el riesgo de hacer de la verdad una experiencia humillante. El contenido podrá ser correcto. La relación educativa, en cambio, quedará empobrecida.

Esto ocurre con mucha frecuencia porque el saber tiene una tendencia espontánea a olvidar el camino por el que se llega a él. Quien domina un contenido suele olvidar lo que pesa no dominarlo. La evidencia adquirida borra la opacidad original. Y entonces el alumno aparece demasiado rápido como perezoso, torpe, desatento, inmaduro o poco interesado, cuando muchas veces está atravesando algo más complejo: vergüenza ante la dificultad, miedo a fracasar, sensación de inferioridad, bloqueo por exceso de presión, confusión sin lenguaje, cansancio acumulado o desconfianza respecto de la propia capacidad. La empatía obliga al educador a no leer el error sólo como error, sino también como experiencia vivida.

Pero esta verdad debe ser dicha con precisión: comprender cómo vive el alumno su dificultad no significa rebajar sin más la exigencia del aprendizaje. Aquí se ve con particular claridad uno de los grandes principios de toda esta obra: la empatía no sustituye la verdad ni la justicia del acto educativo; impide que se ejerzan de manera ciega.

Un docente puede comprender profundamente la angustia de un estudiante ante una evaluación y, sin embargo, no por eso renunciar a evaluar. Puede ver con claridad la vergüenza que produce una corrección y, aun así, no dejar de corregir. Puede percibir el miedo al error y, sin embargo, no organizar toda la enseñanza para evitar que el alumno se encuentre con su propia insuficiencia. La educación sin empatía humilla. La educación gobernada sólo por empatía sentimentaliza el aprendizaje y lo debilita.

Ésta es una distinción crucial. Hay una diferencia radical entre adaptar la forma de enseñar para que la verdad pueda ser recibida por un sujeto real, y adaptar la verdad misma hasta vaciarla de dificultad para que el sujeto no sufra demasiado. Lo primero pertenece a la empatía madura. Lo segundo suele pertenecer a una pedagogía sentimental o temerosa del conflicto. La primera pregunta: ¿cómo hacer que esta exigencia pueda ser habitada sin humillación? La segunda pregunta: ¿cómo hacer que esta exigencia deje de doler casi por completo? La primera sigue educando. La segunda corre el riesgo de abandonar.

Esto se ve de manera especialmente clara en la relación con el error. El error es uno de los grandes lugares donde la empatía educativa debe mostrar su forma más alta. Un alumno que se equivoca no vive sólo una incorrección cognitiva; vive, muchas veces, una escena existencial: se siente expuesto, torpe, retrasado, descalificado o poco digno del espacio del saber. El mal educador sólo ve la incorrección. El sentimental la ve tanto a través de la herida que ya no sabe cómo tratar el error sin retirarse. El educador empático maduro hace otra cosa: ve el dolor posible del error y, precisamente por eso, no lo trata ni como una falta moral ni como una catástrofe

subjetiva intocable. Lo integra en un proceso de formación. Le devuelve un lugar habitable.

Esta habitabilidad del error es uno de los dones más grandes de la verdadera educación. Un espacio educativo sano no es aquel donde nadie se equivoca ni aquel donde todo error es amortiguado hasta volverse irrelevante. Es aquel donde el error puede comparecer sin humillar al sujeto y sin dejar de ser tratado con seriedad. La empatía es decisiva aquí porque permite percibir cuánto de una corrección es contenido necesario y cuánto podría convertirse, sin necesidad, en degradación del alumno. La forma de una observación, el tono, el momento, la manera de exponer una insuficiencia, la comparación innecesaria, la ironía, la impaciencia: todo eso pertenece ya no al contenido de la verdad, sino al modo humano de administrarla. La empatía hace visible esa diferencia.

Hay además una dimensión muy importante de la educación donde la empatía cumple una función insustituible: la comprensión del **ritmo**. No todos aprenden igual, no todos se bloquean por lo mismo, no todos necesitan la misma cantidad de tiempo, de silencio, de presión, de repetición, de confianza, de estructura o de libertad. La justicia pedagógica no consiste en tratar a todos como si fueran idénticos en su relación con el saber, sino en encontrar una forma de exigencia común que no ignore las diferencias reales de acceso. La empatía ayuda precisamente a leer ese ritmo singular. Sin ella, el docente impone un compás uniforme que quizá funcione para algunos, pero deja a otros convertidos en casos de fracaso o de resistencia.

Ahora bien, aquí aparece un peligro importante. Una pedagogía mal ordenadamente empática puede transformar la atención al ritmo en una relativización continua de la exigencia. El alumno tarda, luego

no se le exige. El alumno se angustia, luego se disminuye la dificultad. El alumno se frustra, luego se rebaja el contenido o se evita toda escena de evaluación que pueda tocar su vulnerabilidad. Poco a poco, el ritmo ya no es atendido para acompañar mejor el camino hacia la verdad, sino para redefinir sin cesar la verdad según la comodidad del momento. Éste es un gran error. Comprender el ritmo no significa subordinar el fin a la vivencia inmediata del proceso. Significa ordenar mejor el proceso para que el fin siga siendo verdaderamente alcanzable.

La empatía educativa madura, por tanto, no pregunta sólo "¿qué le duele al alumno?" sino también "¿qué necesita este sujeto para poder sostener el trabajo que exige aprender esto?". A veces la respuesta será más contención. Otras, más claridad. Otras, más práctica. Otras, una exigencia incluso más precisa. Otras, una protección temporal frente a una exposición innecesaria. Otras, una devolución firme de que no puede seguir refugiándose en ciertas excusas. La empatía no entrega una solución uniforme. Entrega una visión más rica del caso. Pero la decisión sigue necesitando juicio pedagógico.

También conviene advertir que la educación exige una empatía que no se agote en los estados emocionales visibles. El malestar manifiesto importa mucho, pero no lo es todo. Hay alumnos silenciosos cuya dificultad apenas comparece y que, precisamente por no dramatizar, son fácilmente olvidados. Hay otros muy expresivos cuyo sufrimiento ocupa gran parte del campo. La empatía espontánea suele inclinarse hacia estos últimos, porque el dolor visible convoca más rápido. Pero la educación justa no puede funcionar sólo así. El buen educador debe aprender a percibir también la dificultad callada, la vergüenza silenciosa, la retirada

discreta, la desmoralización sin escena. Aquí la empatía necesita ser educada contra su propia selectividad natural.

Esto es especialmente importante porque una enseñanza gobernada por la pura impresión afectiva tenderá a favorecer a quienes mejor saben expresar su relación con el malestar, y dejará en sombras a quienes no tienen lenguaje, confianza o temperamento para hacerlo. La empatía formada corrige esta tendencia. No espera sólo el signo fuerte. Aprende a leer los umbrales bajos, las ausencias, las defensas discretas, la torpeza que disimula. Ve más allá del alumno que "da trabajo" y del que "se arregla solo". Esta expansión del campo comprensivo es uno de los grandes bienes de la empatía pedagógica madura.

La educación muestra también con gran claridad la necesidad de distinguir entre **comprender una resistencia** y **obedecerla**. Todo aprendizaje serio encuentra resistencias: pereza, orgullo, miedo, dispersión, rechazo de la frustración, deseo de gratificación inmediata, evitación del esfuerzo sostenido. Un educador sin empatía tratará estas resistencias sólo como defectos y responderá con dureza, ironía o simple presión. Un educador sentimental puede hacer lo contrario: ver tan bien el malestar que las acompaña que ya no logra sostener la exigencia que permitiría atravesarlas. Ninguno educa del todo bien. La empatía madura permite algo distinto: comprender de dónde nace una resistencia y, sin embargo, no dejar que esa resistencia defina por completo el acto educativo.

Esto significa que la empatía en educación no está sólo al servicio del consuelo, sino también del **coraje pedagógico**. El coraje de pedir más cuando pedir más es justo. El coraje de no simplificar el contenido para obtener una paz superficial. El coraje de sostener la repetición, la práctica, la disciplina del pensamiento o del trabajo

aunque el alumno la viva de entrada como carga. Pero ese coraje, cuando está atravesado por la empatía, deja de parecerse a la rigidez. Se vuelve más preciso. Sabe cuánto peso puede ser sostenido y cómo debe ser distribuido. Ya no se complace en la dureza ni en la superioridad del que "no baja el nivel". Busca otra cosa: no abandonar al alumno ni en la humillación ni en la fragilidad sin forma.

Hay una figura pedagógica especialmente valiosa donde esto se manifiesta: el educador que logra transmitir al alumno que su dificultad es real sin que por ello se vuelva identidad. Es decir: "sí, esto te cuesta", "sí, ahora no puedes todavía", "sí, te bloqueas aquí", pero ninguna de esas frases se convierte en esencia del alumno. No es "el que no puede", "el torpe", "el disperso", "el lento", "el problemático". La empatía juega aquí un papel enorme. Porque sólo quien se ha dejado afectar verdaderamente por la singularidad del alumno puede corregir sin convertir la carencia presente en definición total de su ser. Ésta es una de las formas más altas de justicia educativa.

La educación no transmite sólo contenidos. Transmite también una determinada relación con la propia insuficiencia. Un alumno puede aprender una materia y, al mismo tiempo, aprender a odiar el saber porque fue humillado en el proceso. Puede fracasar en un contenido particular y, sin embargo, salir fortalecido porque encontró una autoridad capaz de sostenerlo en su error sin degradarlo. La empatía es decisiva en esta segunda posibilidad. No porque haga agradable toda dificultad, sino porque impide que la dificultad se vuelva una herida moral innecesaria.

Esto permite ver que la empatía educativa no está al margen del contenido, como si perteneciera sólo al "clima humano" de la clase

o de la relación formativa. Al contrario: influye profundamente en la posibilidad misma de aprender. Un sujeto humillado aprende peor. Un sujeto tratado sólo como rendimiento se cierra. Un sujeto cuya vergüenza ha sido despreciada empieza a protegerse del saber en vez de desearlo. La empatía, entonces, no es mero adorno relacional. Es una de las condiciones por las que el contenido puede llegar a ser recibido no como amenaza al valor propio, sino como camino posible de crecimiento.

También conviene señalar que la empatía educativa no debe limitarse a comprender las dificultades del alumno; debe comprender también la **relación afectiva con el saber**. Hay quienes aman de entrada ciertas materias y se bloquean ante otras. Hay quienes asocian determinados contenidos con experiencias de fracaso previas. Hay quienes sienten que ciertas áreas del conocimiento los exponen demasiado. Hay quienes necesitan antes confianza relacional para poder implicarse intelectualmente. Hay quienes, en cambio, necesitan menos psicologización y más estructura clara. Sin una cierta empatía hacia esta diversidad de relaciones con el saber, la enseñanza se vuelve mecánica. Pero sin criterio pedagógico, esa diversidad puede convertirse en dispersión o relativización continua del acto educativo.

Hay, además, una dimensión ética especialmente importante. El educador empático debe poder distinguir entre una vulnerabilidad real y una **estrategia de evitación** que usa el malestar como escudo. Esto es particularmente delicado. Porque si trata como manipulación lo que era fragilidad, hiere profundamente. Pero si trata como fragilidad todo lo que comparece bajo forma de malestar, puede reforzar una incapacidad creciente del alumno para habitar el esfuerzo y la responsabilidad. La empatía bien ordenada es

precisamente una ayuda para hacer esta distinción con menos arbitrariedad. No la garantiza, pero vuelve al educador más atento a los matices. Le permite ver cuándo el alumno está realmente sobrepasado y cuándo está aprendiendo a protegerse de la exigencia usando un lenguaje emocional que debe ser escuchado, sí, pero no simplemente obedecido.

En este punto se ve con especial claridad la relación entre empatía y autoridad. La autoridad educativa sana no es la que no siente ni la que sólo siente. Es la que comprende lo suficiente como para no humillar, y sostiene lo suficiente como para no abandonar. La empatía no la debilita. Le quita barbarie. Le impide administrar la verdad del saber y del límite como si el alumno fuera sólo una pieza dentro de un sistema de rendimiento o corrección. Pero al mismo tiempo, la autoridad le impide a la empatía caer en la pura administración del estado afectivo del alumno. Juntas hacen posible una forma alta de formación.

Podría decirse, entonces, que la gran tarea de la empatía en la educación es ésta: **ayudar al sujeto a encontrarse con una verdad que todavía no posee sin que ese encuentro destruya su dignidad, y ayudar al educador a sostener esa verdad sin confundir la dificultad del camino con una injusticia que deba suprimir.** Esta formulación muestra bien el equilibrio. La empatía no elimina la distancia entre quien sabe y quien no sabe, entre quien puede y quien todavía no puede. Pero hace que esa distancia no se viva como condena del valor personal.

La formulación más rigurosa sería ésta:

En la educación, la empatía alcanza su forma madura cuando permite comprender el modo singular en que cada sujeto vive la dificultad, el error, la exposición y el esfuerzo, sin por ello

renunciar a la verdad del aprendizaje ni convertir el malestar inmediato en criterio soberano del acto formativo.

Ésta es una de las funciones más nobles de la facultad. Porque allí donde la verdad del saber se transmite sin empatía, la educación tiende a humillar. Y allí donde la empatía gobierna sin verdad, la educación tiende a rebajarse. Sólo su integración rigurosa permite una formación que sea a la vez intelectualmente seria y humanamente digna.

12.5. La empatía en el conflicto: comprender sin capitular, sostener la verdad sin convertir al otro en enemigo

El conflicto es uno de los lugares donde la empatía resulta más difícil y, precisamente por eso, más decisiva. Mientras el otro coincide más o menos con nosotros, mientras su dolor nos parece inteligible, mientras su conducta no hiere directamente algo importante en nosotros, la comprensión puede fluir con relativa facilidad. Pero cuando aparece el desacuerdo serio, la herida recíproca, la acusación, la decepción, la injusticia sentida o la amenaza a algo que valoramos, la estructura entera de la percepción cambia. El otro deja de comparecer espontáneamente como alguien cuyo mundo querríamos habitar, y empieza a aparecer como obstáculo, como agresor, como distorsionador, como injusto o como fuente de daño. Ahí la empatía entra en su zona más ardua. Ya no se la puede confundir con simpatía natural. Se vuelve una disciplina contra la simplificación.

Esto debe decirse con toda claridad: el conflicto no suspende la necesidad de empatía; la vuelve más exigente. No porque haya que renunciar al juicio sobre lo ocurrido, ni porque toda confrontación deba ablandarse hasta volverse inocua, sino porque precisamente en el conflicto es cuando más fácil resulta reducir al otro a una figura

plana. En la paz, uno puede permitirse ciertas complejidades sin demasiado costo. En la herida, la mente tiende a protegerse simplificando. Lo que antes era una persona compleja se vuelve “el que me hizo esto”, “la que siempre manipula”, “el injusto”, “la víctima profesional”, “el frío”, “la agresiva”, “el cobarde”, “la controladora”. Puede haber algo de verdad en esas percepciones. El problema es cuando se vuelven totalidad. La empatía, en el conflicto, no está para negar el daño, sino para impedir que el daño devore por completo la alteridad del otro.

Ésta es una de las funciones más altas de la facultad: resistir la transformación del otro en enemigo interiormente simplificado. El enemigo, en sentido moral profundo, no es sólo aquel a quien se combate. Es aquel cuya interioridad deja de importar. Aquel cuya experiencia deja de tener espesor suficiente como para alterar el modo en que lo juzgamos o lo enfrentamos. Aquel que puede ser tratado como portador de una conducta, de una posición o de una culpa sin que su condición de sujeto siga pesando verdaderamente. La empatía combate exactamente esa degradación. Lo hace incluso cuando el conflicto es real, incluso cuando el daño ha existido y aun cuando deba mantenerse una oposición firme. Comprender al otro en conflicto no significa absolverlo. Significa impedir que la verdad del conflicto sea leída desde una mutilación de su humanidad.

Esto es importante porque muchas personas creen que empatizar en el conflicto equivale a ceder. Como si comprender al otro debilitara automáticamente la legitimidad de la propia posición. Pero esta creencia es falsa y suele nacer de una visión muy pobre tanto del conflicto como de la empatía. Un conflicto no se resuelve mejor porque las partes se vuelvan ciegas a la interioridad recíproca. Al contrario: cuanto más se simplifican, más se cierran las

posibilidades de verdad, de límite justo, de reparación o incluso de ruptura no degradante. La empatía no obliga a capitular. Obliga a no combatir desde la mentira antropológica.

Puede formularse así: en el conflicto, la empatía no elimina el no; impide que el no sea pronunciado como si el otro fuera pura función de la ofensa. Ésta es una diferencia inmensa. Porque un mismo límite, una misma crítica, una misma retirada o una misma confrontación pueden tener estructuras morales muy distintas según el modo en que el otro comparece dentro de quien actúa. No es lo mismo decir "no puedo aceptar esto" viendo todavía en el otro a alguien herido, confundido, injusto quizá, pero real, que decir lo mismo habiéndolo reducido ya a caricatura moral. El contenido puede parecer idéntico. La calidad humana del acto no lo es.

Conviene distinguir aquí varios niveles. Hay conflictos donde lo decisivo es una diferencia de interpretación. Otros donde ha habido daño objetivo. Otros donde ambas cosas se mezclan. Hay también conflictos en los que una de las partes lleva razón de manera mucho más clara, y otros donde la verdad está más fragmentada. La empatía no borra estas diferencias. Pero en todos los casos introduce la misma exigencia: preguntarse cómo se ha configurado el mundo para el otro hasta llegar a este punto. Qué herida toca la escena. Qué temor la organiza. Qué necesidad de reconocimiento está siendo vivida como amenazada. Qué historia previa está cargando sobre el momento. Qué parte de su reacción nace del hecho actual y cuál de acumulaciones antiguas. Todo esto no decide por sí solo la justicia del caso. Pero vuelve más verdadero el terreno sobre el cual habrá que pronunciarse.

Esta verdad del terreno importa enormemente. Porque muchos conflictos se vuelven insolubles no sólo por la gravedad de los

hechos, sino por la pobreza de la lectura recíproca. Cada uno se ve a sí mismo desde la complejidad y al otro desde la superficie. Yo conozco mi cansancio, mis motivos, mis heridas previas, mis límites reales, las razones por las que reaccioné así. Del otro veo sobre todo el gesto, la palabra, la omisión, el tono, la conducta. Mi interioridad me aparece llena de matices; la del otro, mucho menos. La empatía, en el conflicto, corrige esta asimetría. No para igualar artificialmente todas las posiciones, sino para impedir que una desigualdad perceptiva de base pervierta todo lo demás.

Esto se ve con nitidez en las discusiones más íntimas. Dos personas pueden estar discutiendo por una escena aparentemente concreta: un olvido, un tono, una ausencia, una decisión unilateral, una crítica mal recibida. Pero la escena, para cada una, no pesa sólo por sí misma. Está tocando algo más antiguo: no ser visto, no ser respetado, no ser tenido en cuenta, no poder equivocarse sin ser aplastado, no poder poner un límite sin ser castigado afectivamente, no poder ser libre sin provocar herida. La empatía no disuelve el conflicto en psicología, pero permite ver que no estamos ante dos argumentos abstractos, sino ante dos mundos heridos o tensados que están colisionando. Y esta visión cambia mucho la manera de hablar, de escuchar y de decidir qué hacer.

Ahora bien, aquí aparece una dificultad importante. Si uno comprende demasiado rápido la herida del otro, puede quedar tentado a desautorizar la propia. Se dice interiormente: “como sé de dónde viene su reacción, ya no tengo derecho a sostener lo que a mí me pasó”, o “como veo su miedo, mi límite ya parece crueldad”, o “como comprendo su historia, mi dolor queda en segundo plano”. Ésta es una deformación grave. En el conflicto, la empatía no debe funcionar como mecanismo de borrado de la propia experiencia.

Debe abrir espacio para dos verdades, no para una sola. La madurez consiste justamente en poder decir: “veo de dónde vienes” y, al mismo tiempo, “eso no elimina lo que esto me hizo a mí”. Comprender al otro no exige abdicar de uno mismo.

Por eso la empatía en el conflicto es inseparable de una fuerte consistencia interior. Si el sujeto no puede sostener su propio centro moral, toda comprensión del otro se volverá rápidamente sumisión o confusión. Pero si ese centro se afirma sin dejar entrar al otro, se volverá dureza. El trabajo difícil está en otro sitio: mantener la propia verdad suficientemente firme mientras se deja comparecer la del otro con la complejidad que merece. No es un equilibrio sentimental. Es una disciplina de la conciencia. Y pocas cosas muestran tanto la altura moral de una persona como su capacidad de habitar esa tensión sin simplificarla demasiado pronto.

También debe decirse que la empatía en el conflicto no consiste en encontrar enseguida un punto medio. A veces se idealiza la comprensión mutua como si su finalidad natural fuera producir conciliación rápida. Pero hay conflictos donde comprender más no lleva a acercar posiciones, sino a ver con más claridad que una diferencia es real, profunda y quizá irreductible en ese momento. La empatía no tiene la obligación de fabricar armonía. Puede servir también a una separación más lúcida, a un desacuerdo más digno o a una distancia menos contaminada por la caricatura. Ésta es una lección importante. No todo conflicto bien comprendido termina en reconciliación. A veces termina en una verdad menos bárbara sobre la imposibilidad de seguir igual.

Esto es particularmente importante cuando ha habido daño serio. En esos casos, la empatía hacia quien dañó puede volverse moralmente problemática si aparece demasiado pronto o si se usa

para presionar a la parte herida a abreviar su proceso. Hay que distinguir con mucho rigor entre comprender al otro y exigir comprensión. Una persona herida puede necesitar tiempo, distancia o incluso una etapa de simplificación defensiva para no colapsar bajo la complejidad del daño recibido. La empatía hacia el ofensor, en ciertos contextos, debe estar más en quien acompaña o reflexiona que en quien ha sufrido inmediatamente. No siempre es sano ni justo pedir a la víctima una comprensión rápida del mundo interior de quien la hirió. La empatía no debe convertirse en nueva exigencia moral sobre quien todavía está tratando de sobrevivir a la herida.

Pero tampoco conviene absolutizar la simplificación defensiva. Si ésta se vuelve permanente, el otro queda fijado para siempre en la figura de quien hizo daño. Y eso puede encerrar a ambas partes en una lógica de imposibilidad total. La empatía, cuando llega el tiempo adecuado, puede abrir otra cosa: no el olvido, no la absolución automática, sino la posibilidad de que el ofensor vuelva a comparecer como alguien más amplio que su acto. Esta comparecencia no borra el acto ni la necesidad de verdad, reparación o distancia. Pero impide una forma de clausura ontológica que suele ser destructiva. El conflicto, incluso cuando no se resuelve, no debería convertir al otro en pura función de su peor momento.

Hay además un punto decisivo en conflictos repetitivos: la empatía puede ser usada para comprender un patrón y, al mismo tiempo, no seguir alimentándolo. Ésta es una de sus funciones más finas. Cuando dos personas discuten siempre desde la misma lógica —uno se siente invadido, el otro abandonado; uno se cierra, el otro persigue; uno critica, el otro colapsa— la empatía madura no se

limita a nombrar las heridas recíprocas. Intenta también ver cómo esas heridas están organizando una coreografía que debe ser interrumpida. Comprender el patrón no es justificarlo. Es ganar una posición más libre frente a él. Sin esta libertad, la empatía se vuelve mera administración refinada de repeticiones.

También en el conflicto la empatía debe cuidarse de no transformarse en **lectura totalizante**. Hay personas que, al comprender psicológicamente al otro, creen haber resuelto el conflicto en un nivel superior. Piensan: "ya sé que reaccionas así por tu historia, así que en el fondo entiendo lo que pasa". Pero esta supuesta profundidad puede ser muy deshumanizante. Porque convierte al otro en esquema explicativo. Ya no se escucha realmente lo que dice ahora; se lo traduce enseguida a una estructura ya conocida. El conflicto se psicologiza en exceso. La empatía madura no hace esto. Puede ver patrones, sí, pero no deja que los patrones borren la singularidad del momento. El otro sigue siendo más que la ley de su repetición.

Hay además una virtud especialmente importante aquí: la capacidad de **devolver complejidad sin usarla como arma**. En un conflicto, decir al otro "esto viene de tu herida", "estás reaccionando desde tu miedo", "en realidad no estás viendo la situación sino repitiendo otra cosa" puede ser, en parte, verdad. Pero también puede ser una forma muy sofisticada de desautorizarlo. La complejidad psicológica puede usarse para comprender o para ganar. Y en el conflicto es muy fácil que se la use para ganar. La empatía verdadera se vigila precisamente aquí. Renuncia a convertir su lucidez sobre el mundo interior del otro en instrumento de superioridad. Sabe que hay verdades que, dichas desde cierto tono

o en cierto momento, no iluminan la situación, sino que colonizan al otro.

Esto no significa que nunca se deba nombrar una dinámica profunda. Significa que hay que hacerlo desde una intención muy distinta: no para tener razón desde más arriba, sino para abrir un espacio donde ambos puedan ver mejor qué está ocurriendo. La diferencia es enorme y se percibe en el tono, en el momento y en la disposición a ser corregido. Quien usa la psicología del otro para cerrar el conflicto a su favor ya no está empatizando; está ocupando. Quien intenta comprender el subsuelo del conflicto para no quedar presos de él todavía puede estar dentro de la verdad de la empatía.

Otro punto esencial es la relación entre empatía y **reparación**. Comprender al otro en el conflicto no sólo sirve para hablar mejor o para pelear menos mal. Sirve también para reparar con más precisión. Muchas disculpas fracasan porque se quedan en el contenido objetivo del acto y no alcanzan a tocar lo que ese acto significó para el otro. La empatía permite nombrar mejor esa significación: no sólo “hice esto”, sino “veo que para ti esto significó no ser tenido en cuenta, ser dejado solo, volver a sentir una herida vieja, quedar expuesto”. Cuando esta comprensión es real, la reparación gana densidad. El otro deja de sentir que se reconoce sólo un hecho; siente que se ha entendido algo de su experiencia. La reparación sin empatía puede ser correcta. La reparación con empatía suele ser más curativa.

Pero también aquí hay límite. No toda comprensión del dolor del otro obliga a aceptar sin más toda forma de reparación exigida. A veces el otro pedirá pruebas imposibles, garantías absolutas, modificaciones desproporcionadas o una reestructuración entera del vínculo en torno a su herida. La empatía no debe cegarse ante

esta posibilidad. Puede reconocer plenamente el dolor y, aun así, no entregarle el gobierno del proceso reparador. La reparación verdadera no consiste en instalarse para siempre bajo el mandato del punto más vulnerable del conflicto. Consiste en responder con verdad y responsabilidad al daño, sin convertir la herida en nueva soberana.

Podría decirse, entonces, que la gran tarea de la empatía en el conflicto es hacer posible una confrontación donde el otro no tenga que ser destruido interiormente para que uno pueda defenderse, sostenerse o resistir. Ésta es una forma altísima de civilización moral. Porque el conflicto, en su deriva espontánea, empuja hacia la simplificación mutua. La empatía resiste esa deriva. No por debilidad, sino por fidelidad a una verdad más exigente: que incluso quien me hiere o me contradice sigue siendo alguien para quien algo está ocurriendo desde dentro, y que esta realidad debe pesar en cómo lo enfrento, aunque no decida por sí sola si tiene razón.

La formulación más rigurosa sería ésta:

En el conflicto, la empatía alcanza su forma madura cuando permite comprender la lógica interior, la herida y el miedo desde los que el otro actúa, sin por ello capitular ante su interpretación ni borrar la propia verdad, haciendo posible una confrontación donde la alteridad del otro no sea destruida por la necesidad de sostener el juicio, el límite o la defensa.

Ésta es una de las pruebas más altas de la facultad. Porque sólo quien puede comprender al otro precisamente allí donde más duele hacerlo ha empezado a salir de la empatía sentimental y a entrar en una empatía realmente moral. Allí se ve que comprender no es dar la razón, sino negarse a que la verdad del conflicto se construya sobre la reducción del otro a una caricatura.

12.6. La empatía en la vida pública: escuchar el sufrimiento sin convertirlo en criterio único

La vida pública plantea una dificultad específica para la empatía, distinta de la que aparece en la amistad, en el amor o en la educación. En los vínculos íntimos, el otro comparece con nombre, rostro, historia y cercanía concreta. En la esfera pública, en cambio, el otro suele comparecer a través de mediaciones: grupos, categorías sociales, relatos colectivos, estadísticas, testimonios fragmentarios, imágenes, discursos, instituciones, conflictos históricos y estructuras de daño. Esto hace que la empatía sea al mismo tiempo más necesaria y más vulnerable a la distorsión. Más necesaria, porque sin ella la política y la vida común se despersonalizan con enorme facilidad. Más vulnerable, porque la distancia y la masividad favorecen tanto la abstracción fría como la sentimentalización selectiva. Pensar la empatía en la vida pública exige, por eso, una precisión particular.

Conviene comenzar por una verdad decisiva: una comunidad política o una sociedad pueden ser formalmente ordenadas y, sin embargo, moralmente ciegas. Pueden distribuir reglas, reconocer procedimientos, aplicar criterios generales y proteger ciertos derechos, pero hacerlo de manera tan exterior que grandes zonas de sufrimiento real permanezcan prácticamente invisibles. La historia humana está llena de este tipo de ceguera. Personas o grupos enteros pueden ser tratados según marcos normativos aparentemente racionales y, sin embargo, no ser vistos de verdad en lo que viven: humillación persistente, miedo ambiental, exclusión simbólica, vulnerabilidad cotidiana, degradación acumulada, imposibilidad de acceso, desgaste constante por tener que justificar la propia humanidad. La empatía cumple aquí una función

insustituible: hace visible lo que la pura mirada institucional o estructural tiende a dejar fuera.

Esto significa que la empatía en la vida pública tiene una dimensión claramente **epistémica**. No sólo humaniza el trato; también amplía el campo de lo que puede ser conocido. Hay daños que sólo aparecen plenamente cuando se atiende al modo en que ciertas condiciones se viven desde dentro. Una desigualdad puede estar jurídicamente descrita y, sin embargo, seguir siendo pobremente comprendida si no se percibe cómo pesa sobre la experiencia cotidiana de quienes la soportan. Una violencia puede ser estadísticamente real y, sin embargo, seguir siendo moralmente subestimada si no se entra en la forma concreta del miedo, de la vergüenza o de la inseguridad que produce. La empatía, en este nivel, no sustituye el análisis estructural. Lo profundiza. Da espesor vivido a lo que, de otro modo, correría el riesgo de permanecer demasiado abstracto.

Pero esta función valiosísima no debe llevar a una conclusión falsa: que la vida pública deba regirse por la sola intensidad del sufrimiento visibilizado. Éste es uno de los grandes errores de la sentimentalización contemporánea de la política. Se pasa de una verdad importante —hay que escuchar mejor las experiencias de daño— a una tesis excesiva —la experiencia más visible o más intensamente sentida debe volverse criterio principal de legitimidad pública. Este salto es muy peligroso. Porque la esfera pública no puede ser gobernada sólo por lo que conmueve más, ni por lo que mejor se expresa, ni por lo que logra mayor presencia simbólica en el espacio común. La justicia política requiere también medida, universalidad, análisis de consecuencias, consideración de

terceros, estructura institucional y discernimiento entre daños distintos y bienes en conflicto.

Por eso la empatía pública debe ser pensada dentro de una tensión rigurosa. Si falta, la política se burocratiza y trata a las personas como unidades administrables. Si se absolutiza, la política se sentimentaliza y empieza a responder desproporcionadamente a lo visible, a lo narrable o a lo emocionalmente dominante. En el primer caso, la vida común se enfría hasta volverse incapaz de reconocer sufrimientos reales. En el segundo, se vuelve inestable y parcial, porque deja que la distribución de la atención afectiva sustituya a la estructura de la justicia. La tarea madura consiste en otra cosa: dejarse instruir por la experiencia ajena sin convertirla en criterio soberano de toda decisión.

Aquí aparece un problema especialmente importante: la **selectividad** de la empatía pública. En la vida íntima ya se vio que comprendemos mejor a quienes nos resultan cercanos, semejantes o legibles. En el espacio público esta selectividad no desaparece; se amplifica. Las sociedades empatizan de manera desigual. Algunas víctimas o algunos sufrimientos producen una reacción inmediata y masiva; otros apenas logran comparecer. Algunas historias se vuelven moralmente centrales; otras quedan en los márgenes. Algunas formas de daño son narrativamente "comprensibles" para la sensibilidad dominante; otras resultan demasiado complejas, demasiado opacas o demasiado incómodas para generar el mismo nivel de respuesta. La empatía pública, por tanto, no es espontáneamente justa. Necesita ser corregida.

Esta corrección exige una vigilancia doble. Por un lado, hay que dejar que ciertos sufrimientos que habían sido invisibilizados comparezcan realmente. Ésta es una tarea de justicia elemental.

Pero, por otro lado, hay que impedir que la comparecencia de un sufrimiento se convierta automáticamente en hegemonía afectiva absoluta, es decir, en un régimen simbólico donde todo quede ordenado sólo a partir de lo que ese sufrimiento muestra con mayor fuerza. La vida pública contiene múltiples daños, múltiples vulnerabilidades y múltiples bienes que no siempre se alinean sin fricción. Una política verdaderamente humana no puede elegir entre frialdad estructural y absorción sentimental por la herida más visible. Debe aprender a sostener una pluralidad de experiencias sin borrar la necesidad de criterios comunes.

Hay una diferencia muy importante entre **escuchar políticamente** y **obedecer políticamente** a la experiencia. Escuchar significa conceder realidad y peso moral a lo que ciertos sujetos viven, permitir que esa experiencia corrija cegueras, matice diagnósticos y revele zonas de daño que el lenguaje oficial o estadístico no alcanzaba a nombrar con suficiente espesor. Obedecer, en cambio, significaría tratar esa experiencia como fuente casi definitiva de normatividad pública. La primera actitud es indispensable. La segunda suele ser insostenible. Porque la experiencia vivida, por real y grave que sea, no viene ya acompañada de la totalidad del juicio que una comunidad debe hacer sobre ella: causas, responsabilidades, efectos colaterales, bienes concurrentes, límites de intervención, igualdad de trato y consecuencias para otros actores implicados. La empatía pública debe inclinar el oído sin abdicar del pensamiento político.

Esto se vuelve especialmente claro en sociedades conflictivas o polarizadas. Cada grupo o sector suele comprender muy bien su propio dolor y muy mal el dolor del otro. Cada uno dispone de una narrativa rica de su herida, de su humillación, de sus miedos y de las

amenazas que siente venir del resto. Y como esa narrativa contiene elementos reales, la tentación es absolutizarla. La empatía pública madura no pide neutralizar esas heridas. Pide algo más difícil: que ninguna de ellas monopolice enteramente la realidad moral del espacio común. Comprender de verdad una experiencia colectiva no exige convertirla en única medida de la comunidad. Exige, más bien, hacerla entrar en una escena donde también otras experiencias, otros derechos, otros miedos y otros bienes deben poder comparecer.

Ésta es una de las diferencias más profundas entre una política empáticamente seria y una política afectivamente facciosa. La segunda distribuye complejidad sólo hacia adentro: comprende maravillosamente a "los suyos" y simplifica cruelmente a "los otros". La primera intenta un trabajo más arduo: comprender incluso aquellas experiencias colectivas que no comparte de entrada y que, en algunos casos, pueden resultarle moralmente problemáticas o ideológicamente distantes. Esto no obliga a aprobarlas. Obliga a no leerlas desde la caricatura. Porque una comunidad que sólo concede profundidad humana a sus propias heridas termina destruyendo las condiciones mismas del espacio común.

También conviene advertir un peligro específico de la empatía pública: la **performatividad moral**. En el ámbito colectivo, la sensibilidad puede volverse espectáculo con enorme facilidad. Se producen gestos, discursos, rituales y posiciones que no buscan sólo comprender mejor una experiencia ajena, sino también mostrar visiblemente de qué lado se está. En ese contexto, la empatía corre el riesgo de dejar de ser una apertura trabajosa al otro y convertirse en una práctica de señalización identitaria. Ya no importa sólo ver mejor al otro, sino aparecer como alguien que ve correctamente.

Esta mutación es muy importante, porque convierte el sufrimiento ajeno en recurso simbólico para la autoubicación moral de individuos o grupos.

Cuando esto ocurre, la esfera pública se llena de lenguaje empático y se vacía de comprensión real. Las palabras son correctas, los gestos parecen sensibles, las declaraciones muestran alineación con las víctimas o con los sectores heridos, pero el trabajo efectivo de entender la complejidad de lo que esas experiencias significan se vuelve más pobre. La empatía pública se estetiza. Y una vez estetizada, se vuelve muy difícil distinguir entre verdadera receptividad al dolor ajeno y simple adhesión al repertorio sensible socialmente esperado. Este riesgo exige una sobriedad particular: no toda expresión pública de sensibilidad es falsa, desde luego, pero tampoco toda sensibilidad visible es ya comprensión fecunda.

La empatía en la vida pública debe cuidarse también de no convertirse en **administración paternalista de sujetos vulnerables**. Hay instituciones, élites o mayorías que, al descubrir ciertas formas de sufrimiento social, tienden a interpretar a quienes las padecen únicamente como vulnerables a proteger, sin dejar espacio suficiente para verlos también como agentes, interlocutores, responsables y partícipes de una vida común que no puede reducirse a la gestión de su daño. Esto produce una forma curiosa de despersonalización compasiva. El otro es visto, sí, pero casi exclusivamente en su herida. Se lo comprende, pero desde una altura que lo fija como objeto de cuidado. La empatía madura resiste esta reducción. No deja de ver el daño. Pero tampoco permite que el daño agote la identidad política de quienes lo padecen.

Esto es muy importante, porque una comunidad justa no trata a los vulnerables sólo como recipientes de protección, sino también

como sujetos de palabra, de responsabilidad, de dignidad y de participación. La empatía pública, si quiere ser alta, debe abrir paso a esta doble percepción: ver la herida y ver al sujeto más allá de la herida. Sin la primera, se endurece. Sin la segunda, se paternaliza. En ambos casos la alteridad queda mal tratada.

También en la vida pública la empatía necesita ser corregida por el **límite de lo políticamente posible**. Hay dolores reales que una institución, una política pública o una comunidad no puede aliviar sin producir otros males, sin entrar en contradicción con bienes igualmente importantes o sin exceder sus medios legítimos. Una política empáticamente inflada puede prometer más de lo que una comunidad puede sostener. O puede diseñar respuestas que atienden intensamente a una herida concreta y, sin embargo, desordenan gravemente otros ámbitos de la vida común. La compasión pública no basta para gobernar. Hace falta prudencia institucional. Y esa prudencia no traiciona necesariamente la empatía. A veces es su única forma justa de traducción.

Esto introduce una diferencia de gran alcance entre la empatía en la vida privada y en la vida pública. En lo privado, una respuesta puede orientarse de manera mucho más directa por la singularidad del otro concreto. En lo público, esa singularidad debe entrar en una estructura donde conviven muchísimas otras singularidades, derechos, deberes y necesidades. Por eso la empatía pública tiene que soportar una transformación. No puede pasar sin mediaciones del testimonio al diseño normativo, del dolor a la ley, de la herida a la estructura. Necesita análisis. Necesita criterios. Necesita instituciones. Si este paso se omite, la sensibilidad puede ser muy intensa y muy poco justa.

Hay otra cuestión especialmente importante: la empatía pública debe ser capaz de escuchar también las experiencias que resultan **políticamente incómodas**. No sólo las prestigiosas, no sólo las que encajan en la gramática moral dominante, no sólo las que vienen ya envueltas en categorías reconocibles de vulnerabilidad legítima. Una sociedad verdaderamente seria debería poder atender también a dolores menos elegantes, menos narrables, menos alineados con su autoimagen moral. Porque la verdadera prueba de una sensibilidad pública no está sólo en cómo recibe las heridas ya reconocidas, sino en su capacidad de descubrir humanidad compleja allí donde todavía no tenía un lenguaje cómodo para ello.

Esto no significa poner todas las experiencias en el mismo plano normativo ni dar idéntica validez a toda narrativa de agravio. Significa otra cosa: no distribuir de antemano la profundidad humana según un mapa ya tranquilizador para la conciencia colectiva. La empatía pública madura es capaz de ser corregida por realidades que no esperaba ver. Y esta capacidad de corrección es una de las bases más importantes de una cultura política no sectaria.

También debe subrayarse que la empatía en la vida pública no tiene como fin principal hacer que todos se sientan emocionalmente comprendidos todo el tiempo. Sería una expectativa imposible e incluso indeseable si se convirtiera en criterio central de legitimidad política. Su fin más razonable es otro: evitar que las decisiones, instituciones y debates se construyan sobre una ignorancia demasiado grande respecto de lo que ciertas realidades significan para quienes las viven. Esto es mucho y ya bastante difícil. No promete armonía universal. Promete sólo una política menos bárbara.

Hay además una fecundidad especial de la empatía pública en el terreno de la **memoria colectiva**. Las sociedades necesitan recordar sufrimientos pasados no sólo como hechos objetivos, sino también como experiencias vividas que dejaron huella en la confianza, en el miedo, en la autoestima colectiva y en la relación con las instituciones. Sin esta memoria empática, la historia se reduce demasiado fácilmente a cronología de eventos y pierde su dimensión moral. Pero también aquí la memoria necesita forma. Una comunidad puede recordar una herida de manera tal que quede prisionera de ella y la use para clausurar toda complejidad presente. La empatía pública madura debe evitar ambos extremos: ni olvido despersonalizador ni absolutización memorial que convierta una herida histórica en criterio excluyente de toda lectura futura.

Finalmente, la esfera pública muestra con gran nitidez una verdad ya conocida: la empatía no debe reemplazar el conflicto político legítimo, sino **humanizarlo**. Una comunidad libre no es una comunidad sin desacuerdo, sin antagonismos, sin intereses contrapuestos o sin diferencias profundas de visión. Pretender que la empatía suprima todo eso sería ingenuo. Lo que sí puede hacer es impedir que el conflicto derive demasiado pronto en deshumanización total del adversario. Puede recordar que quien está al otro lado de una disputa no es sólo una posición, sino también un mundo vivido. Esta recordación no elimina la necesidad de confrontar, de votar, de oponerse, de resistir o de derrotar políticamente ciertas posiciones. Pero puede impedir que todo ello se haga desde la reducción del otro a simple monstruo, simple ignorante o simple obstáculo sin interioridad.

La formulación más rigurosa sería ésta:

En la vida pública, la empatía alcanza su forma madura cuando permite que las experiencias de sufrimiento, vulnerabilidad y exclusión comparezcan con suficiente peso como para corregir la abstracción de la política, sin que esa comparecencia se convierta por ello en criterio soberano que sustituya a la justicia, al análisis estructural y a la responsabilidad institucional.

Ésta es una de las tareas más difíciles de la convivencia. Porque exige escuchar sin someterse a la sola lógica de lo visible, sentir sin abandonar el juicio, humanizar sin paternalizar y politizar sin sentimentalizar. Allí se ve, quizá con una claridad especial, que la empatía no sirve a la abolición del conflicto ni a la sustitución de la justicia, sino a una forma más alta de vida común donde la verdad de las estructuras no se compre al precio de la invisibilidad de quienes las habitan.

12.7. La empatía ante el extraño: reconocer humanidad sin necesidad de semejanza

Hay un lugar donde la verdad de la empatía se pone a prueba de una manera especialmente severa: el encuentro con el extraño. No el amigo, no el amado, no el hijo, no el alumno, no siquiera el adversario con quien ya existe una historia de conflicto, sino aquel cuya vida nos es lejana, cuya sensibilidad no se parece claramente a la nuestra, cuyo lenguaje afectivo no dominamos, cuya forma de habitar el mundo no nos resulta espontáneamente legible y respecto del cual no hay todavía vínculo suficiente como para que la cercanía afectiva haga el trabajo por nosotros. Allí la empatía pierde muchos de sus apoyos más habituales. Y precisamente por eso muestra mejor su rango moral real.

La razón es simple. En la amistad, en el amor, en la crianza o en ciertos conflictos, la comprensión del otro puede apoyarse en la

convivencia, en la intimidad, en la memoria compartida, en la repetición de escenas, en la obligación asumida o en la historia del vínculo. Frente al extraño, en cambio, gran parte de esos puentes no existe todavía. Lo que hay, muchas veces, es distancia, diferencia, opacidad, torpeza mutua, posibles prejuicios y una tendencia espontánea a clasificar antes de comprender. Si la empatía fuera sólo una resonancia afectiva hacia lo cercano o lo parecido, aquí tendría que fracasar casi por completo. Pero si posee una dignidad más alta, debe poder operar también en este terreno, aunque de manera más humilde, más tentativa y más disciplinada.

Esto exige empezar por una distinción esencial: la empatía ante el extraño no puede pretender la misma densidad inmediata que la empatía en los vínculos íntimos. Sería falso e incluso invasivo. No conocemos todavía lo suficiente, no compartimos historia, no dominamos los signos interiores de esa vida, no tenemos acceso directo a sus ritmos profundos. Pretender una comprensión plena sería una forma de arrogancia. Pero de esta limitación no se sigue que sólo quepa la indiferencia o la pura aplicación de categorías abstractas. Entre la falsa intimidad y la ceguera hay un espacio intermedio: el de una atención seria, respetuosa y no reductora, capaz de conceder al extraño una humanidad compleja antes de tener todavía todas las claves para leerla.

Ésta es la primera gran tarea de la empatía frente al extraño: impedir que la falta de familiaridad se convierta en permiso para la simplificación. Porque la mente humana simplifica con enorme facilidad aquello que no reconoce como próximo. Lo extraño se vuelve rápidamente tipología: “el inmigrante”, “el rico”, “el pobre”, “el funcionario”, “el vecino raro”, “el hombre violento”, “la mujer fría”, “el fanático”, “la persona extraña”, “el de otra clase”, “el de otra religión”,

“el de otro barrio”, “el de otra generación”. Puede haber descripciones sociológicas o culturales legítimas detrás de estas categorías. El problema comienza cuando sustituyen a la comparecencia del sujeto. Entonces el extraño deja de ser alguien para convertirse en ejemplar de una clase.

La empatía combate justamente esa sustitución. No nos dice que ignoremos las mediaciones culturales, históricas o sociales que vuelven inteligible a una persona. Nos dice otra cosa: que ninguna de esas mediaciones agota por sí sola el modo en que un ser humano vive desde dentro su situación. El extraño no es sólo portador de una pertenencia. Es también centro de experiencia. Y la vida moral comienza, en este punto, cuando uno se niega a tratar la categoría como si ya fuera la persona entera.

Ahora bien, conceder esta complejidad no es fácil. Porque el extraño no sólo es diferente; a veces también es incómodo. Su presencia desordena nuestras expectativas, pone en cuestión nuestros hábitos o despierta miedos reales o imaginarios. Hay extraños que no resultan amenazantes sólo por prejuicio, sino porque efectivamente irrumpen en zonas sensibles de la vida cotidiana: espacio, recursos, costumbres, seguridad, códigos de trato, lenguaje, jerarquías tácitas. La empatía madura no debe negar esta dimensión. No tiene sentido construir una teoría del extraño como si toda incomodidad frente a él fuera simple ignorancia o maldad. A veces la diferencia pesa de verdad y genera tensiones objetivas. Pero justamente por eso la empatía es necesaria: para que esa tensión no sea leída únicamente desde el reflejo defensivo del propio mundo.

Podría decirse que el extraño introduce una prueba de descentramiento especialmente alta. Mientras el otro se parece a mí, comprenderlo es más fácil porque encuentro rápidamente

puentes internos. Frente al extraño, en cambio, debo conceder humanidad suficiente incluso donde la traducción a mi mundo no es inmediata. Ésta es una de las formas más nobles de la empatía: no necesitar semejanza fuerte para atribuir densidad interior. No reducir el valor moral del otro a su legibilidad para mí. Reconocer que una vida puede ser muy humana aunque no se parezca a la mía en sus modos de expresarse, de reaccionar, de sufrir o de aspirar.

Esto no significa caer en una idealización romántica de toda alteridad. El extraño no debe ser convertido en figura sagrada sólo por ser distinto. También aquí la empatía necesita verdad. Hay alteridades justas e injustas, formas de vida legítimas y conductas dañinas, diferencias enriquecedoras y diferencias que pueden producir conflicto real. Comprender al extraño no significa desactivar todo criterio. Significa negarse a que el criterio opere sobre una figura antropológicamente empobrecida. Una cosa es rechazar una conducta, una práctica o una posición. Otra, tratar al portador de esa conducta, de esa práctica o de esa posición como si estuviera vacío por dentro.

Esta distinción es fundamental porque el extraño suele ser el primer candidato a la despersonalización moral. No sólo por odio, sino por economía perceptiva. Cuesta menos juzgar severamente a quien no ha entrado aún en nuestro horizonte como alguien. Cuesta menos excluir, ignorar o caricaturizar a quien no ocupa un lugar afectivo relevante en nuestra imaginación moral. La empatía amplía precisamente esa imaginación. Hace más difícil la deshumanización económica del otro lejano.

Hay una forma concreta de esta ampliación que conviene subrayar: la capacidad de pensar que el extraño también tiene un mundo que para él resulta central, razonable o vital, aunque a mí me parezca

secundario, incomprensible o incluso molesto. Esta operación parece menor, pero es enorme. Supone reconocer que mi orden espontáneo de relevancias no agota el mapa humano. Que aquello que para mí es nimio puede ser constitutivo para otro. Que sus miedos no son meras rarezas subjetivas. Que sus pudores, orgullos, esperanzas y símbolos no tienen que coincidir con los míos para merecer ser tratados con seriedad. La empatía hacia el extraño comienza, muchas veces, exactamente ahí: cuando acepto que no entiendo del todo por qué algo pesa tanto para él y, sin embargo, no concluyo por eso que carece de realidad.

Este punto es especialmente importante en sociedades culturalmente heterogéneas. Allí la convivencia no puede fundarse sobre una fantasía de transparencia mutua total. Muy a menudo no comprenderemos del todo los mundos ajenos. Pero la vida pública y moral no por eso queda condenada a la pura tolerancia fría. Puede aspirar a algo intermedio: una comprensión suficiente para que la diferencia no sea vivida automáticamente como inferioridad, amenaza absoluta o ridiculez moral. La empatía no garantiza acuerdo. Pero puede impedir que la discrepancia se alimente de una ignorancia demasiado satisfecha de sí misma.

Hay además otra dimensión decisiva. El extraño no es sólo el culturalmente distinto. También puede ser el **socialmente invisible**. Aquel que forma parte del mismo espacio, pero cuya experiencia nunca entra realmente en el campo de quienes viven a su alrededor: trabajadores ignorados, ancianos solitarios, personas enfermas, marginados discretos, individuos a los que todos ven funcionalmente pero casi nadie imagina existencialmente. La empatía ante el extraño tiene aquí una función casi inaugural:

romper la invisibilidad cotidiana. Hacer que alguien deje de ser mero fondo del mundo ajeno y empiece a comparecer como sujeto.

Esto tiene una gran importancia moral, porque una gran parte de la crueldad humana no nace de una voluntad activa de hacer daño, sino de la costumbre de vivir rodeados de personas que apenas llegan a aparecer interiormente para nosotros. Se las trata de manera formalmente correcta quizás, pero sin espesor humano. La empatía no exige intimidad con todos. Exige algo más elemental y más radical: no dejar que el otro desaparezca enteramente detrás del rol que ocupa en mi campo de acción.

También debe notarse que la empatía ante el extraño tiene un vínculo muy fuerte con la **hospitalidad moral**. Hospitalidad no en el sentido meramente doméstico, sino como disposición a dejar que alguien no familiar entre en el horizonte sin tener que justificar primero toda su humanidad en términos que me resulten cómodos. Una conciencia hospitalaria no es una conciencia sin límites ni sin criterios. Es una conciencia que no exige como condición previa de reconocimiento una completa familiaridad. Puede decir: “aún no entiendo bien”, “esto me resulta ajeno”, “hay aquí aspectos que me inquietan”, pero no por ello suspende la atribución de dignidad compleja. Esta actitud es una de las grandes bases de una civilización moral no tribal.

Sin embargo, hay que evitar un malentendido importante. La empatía ante el extraño no implica que uno deba entrar indiscriminadamente en toda vida ajena ni sentirse moralmente obligado a una disponibilidad total frente a cualquiera. Eso sería irreal y además abriría la puerta a muchas confusiones. La empatía aquí opera más bien como un principio de no reducción. No pide intimidad universal. Pide una mirada menos tosca. Pide que el

desconocimiento no se convierta en licencia para la despersonalización. Pide que el juicio, cuando llegue, no recaiga sobre una figura vacía.

Esta forma de empatía es especialmente difícil en el encuentro con el **extraño incómodo**, es decir, con aquel cuya presencia no sólo es distinta, sino moralmente ambigua o incluso perturbadora. Pensemos en alguien que nos produce rechazo por su manera de hablar, por su agresividad defensiva, por su falta de delicadeza, por su rudeza cultural, por sus opiniones, por su torpeza emocional. Es mucho más fácil empatizar con el extraño exótico o con el extraño sufrido que con el extraño antipático. Pero precisamente aquí se juega una de las pruebas más altas de la facultad. Porque una empatía que sólo se activa frente a lo vulnerable presentado de manera agradable sigue siendo demasiado estrecha. La madurez consiste en intentar conceder complejidad también donde la primera reacción afectiva empuja a la simplificación.

Esto no exige simpatía, desde luego. Puedo no sentirme atraído por esa persona, no querer su cercanía, no compartir casi nada con ella y, sin embargo, intentar comprender qué tipo de mundo ha producido esa forma de dureza, esa torpeza o esa hostilidad. Esta comprensión no me obliga a aprobar ni a intimar. Me obliga sólo a no degradar. Éste es un umbral moral muy importante. Porque muchas veces la civilidad profunda de una persona no se mide por cómo trata a quienes le resultan afines, sino por cómo conserva la humanidad del otro cuando el otro no despierta su agrado ni su reconocimiento espontáneo.

Hay además un tipo de extraño particularmente difícil: el **extraño que detenta poder** o que simboliza estructuras que sentimos como adversas. No sólo el marginal o el vulnerable son extraños. También

lo son quienes habitan mundos que percibimos como privilegiados, cerrados o responsables de daños mayores. La empatía en este caso resulta todavía más ardua, porque fácilmente se la confunde con claudicación política o moral. Pero incluso aquí vale la misma exigencia básica: comprender no es justificar. Es negarse a construir toda oposición sobre una figura plana del adversario social. Una crítica más verdadera nace muchas veces de una comprensión más densa del mundo del otro, no de una simplificación más feroz.

Esto tiene una consecuencia política y ética muy importante. Una comunidad capaz de empatizar sólo hacia abajo —hacia ciertos vulnerables reconocidos— pero incapaz de comprender mínimamente hacia los lados o hacia arriba, sigue siendo moralmente incompleta. Y lo contrario también es cierto: una comunidad que sólo comprende bien a quienes ya forman parte de su mundo de legitimidad deja fuera del radio de humanidad densa a demasiadas personas. La empatía ante el extraño es, por tanto, una escuela contra la distribución tribal de la complejidad humana.

También debe decirse que esta forma de empatía nunca será perfecta. No siempre podremos comprender bien al extraño. Habrá límites de lenguaje, de historia, de experiencia, de imaginabilidad y de tiempo. Pretender lo contrario sería una ilusión. Pero precisamente por eso la virtud no consiste en lograr una comprensión total, sino en no convertir la insuficiencia de comprensión en permiso para la indiferencia o la caricatura. Hay una gran diferencia entre decir “no llego del todo a este mundo” y decir “como no llego, lo reduzco a un cliché”. La primera posición es humilde. La segunda, moralmente perezosa.

Aquí se ve con claridad que la empatía ante el extraño exige una combinación de imaginación y contención. Imaginación, para

intentar cruzar el umbral de una vida que no nos es inmediatamente familiar. Contención, para no suponer que ya la hemos captado del todo ni para apropiarnos indebidamente de su sentido. Esta mezcla es difícil, pero muy fecunda. Sin imaginación, el extraño queda siempre afuera. Sin contención, lo absorbemos a nuestros propios esquemas bajo pretexto de haberlo comprendido.

Hay un fruto particularmente valioso de esta disciplina: la posibilidad de una **cortesía más profunda**. No mera urbanidad superficial, sino un trato que reconoce al otro como alguien aunque no sea cercano. Una manera de hablar, de escuchar, de esperar, de disentir y de convivir que no depende enteramente de la afinidad. Esta cortesía profunda es una de las formas más discretas de empatía social. No pretende intimidad. Tampoco se conforma con la pura coexistencia fría. Conserva algo del reconocimiento del otro como centro de experiencia incluso en los umbrales mínimos del vínculo. Y en sociedades masivas y fragmentadas, esto puede ser de un valor inmenso.

Podría decirse, entonces, que la empatía ante el extraño no tiene como meta principal hacer que todos nos sintamos cercanos, sino impedir que la distancia se convierta en deshumanización. No elimina la diferencia, no suprime el conflicto, no vuelve transparentes los mundos ajenos y no produce por sí sola comunidad sólida. Pero sí puede hacer algo decisivo: desactivar la velocidad con la que el desconocimiento se transforma en reducción moral. Y eso, en un mundo marcado por fronteras simbólicas, sociales y culturales tan rígidas, ya constituye una tarea enorme.

La formulación más rigurosa sería ésta:

Ante el extraño, la empatía alcanza su forma madura cuando concede humanidad compleja sin exigir semejanza previa ni pretender comprensión total, impidiendo que la distancia, la incomodidad o la diferencia se conviertan en licencia para reducir al otro a categoría, función o caricatura moral.

Ésta es una de las formas más difíciles y más civilizadoras de la facultad. Porque allí donde no hay todavía amor, amistad, convivencia o historia compartida, la empatía no puede apoyarse en la cercanía ya lograda. Tiene que actuar casi desde un principio más desnudo: el reconocimiento de que también en esa vida ajena, todavía lejana para mí, hay un centro de experiencia que no tengo derecho a tratar como si estuviera vacío. Ahí comienza una humanidad menos tribal y, por ello, más alta.

12.8. La empatía consigo mismo: comprenderse sin justificarse, exigirse sin crueldad

Después de recorrer la empatía en la amistad, en el amor, en la crianza, en la educación, en el conflicto, en la vida pública y ante el extraño, falta un ámbito sin el cual el mapa quedaría incompleto: la relación de cada uno consigo mismo. Este punto es decisivo, porque muchas personas sólo piensan la empatía como apertura al otro y olvidan que también existe una forma de comprensión de la propia experiencia que puede ser verdadera o falsa, madura o sentimental, liberadora o corruptora. Y, de hecho, una gran parte de los desórdenes empáticos en los vínculos externos nace de una relación mal ordenada con la propia interioridad. Quien no sabe comprenderse sin mentirse, o exigirse sin aplastarse, difícilmente sabrá hacer ambas cosas con los demás.

Conviene empezar por una afirmación central: la empatía consigo mismo no equivale a autoindulgencia. Tampoco equivale a mera

autoaceptación afectiva, ni a la confirmación inmediata de todo lo que uno siente, ni a una especie de ternura indiscriminada hacia la propia herida. La empatía consigo mismo consiste en la capacidad de dejar comparecer con verdad la propia experiencia, de comprender desde dentro cómo se ha configurado una reacción, una caída, un miedo, una vergüenza, una torpeza o un dolor, sin por ello convertir esa comprensión en absolución automática ni en supresión del juicio. Es, en suma, una forma de cercanía interior que no se opone a la verdad.

Esta definición es importante porque la relación consigo mismo suele deformarse hacia dos extremos muy frecuentes. El primero es la **crueldad interior**. El sujeto se juzga desde fuera, como si fuera pura voluntad, como si no existieran historia, fragilidad, cansancio, miedo, trauma, desorden afectivo o límites reales de elaboración. Se trata a sí mismo con una dureza abstracta, viendo sólo la falta, el retraso, la debilidad o el error, sin intentar comprender mínimamente la estructura desde la que ha actuado. Esta postura puede parecer moralmente seria, pero muchas veces es intelectualmente pobre y espiritualmente estéril. No ilumina. Castiga.

El segundo extremo es la **justificación sentimental de sí**. Aquí el sujeto comprende tanto sus heridas, sus condicionamientos, sus carencias y sus miedos que ya no logra sostener responsabilidad real. Todo queda explicado y, al quedar explicado, casi neutralizado. La propia experiencia se vuelve tribunal suficiente: “reaccioné así porque estaba herido”, “no pude hacer más porque me sentí desbordado”, “si esto me dolió tanto, mi respuesta queda en el fondo legitimada”. La herida se convierte entonces en principio general de autoabsolución. Y aunque esta postura parezca más amable que la

crueldad interior, también desordena profundamente la vida moral. No libera. Disuelve.

La empatía consigo mismo debe abrir una tercera vía entre ambos extremos. Debe permitir que uno diga: “veo que esto me pasó así, entiendo algo del miedo, del orgullo, del cansancio o de la herida desde la que reaccioné, y precisamente por eso puedo pensar con más verdad qué parte de mi respuesta fue humana, qué parte fue desordenada y qué me toca ahora asumir o corregir.” Ésta es la clave. La comprensión de sí no está para borrar la exigencia, sino para volverla menos ciega y menos destructiva. Del mismo modo que la empatía hacia el otro no sustituye el juicio, la empatía consigo mismo no sustituye la conciencia moral. La hace más lúcida.

Esto es especialmente importante porque la vida interior humana rara vez se presenta con transparencia inmediata. Muchas personas sienten algo y lo convierten enseguida en verdad total sobre sí: “soy débil”, “soy un fracaso”, “nadie me quiere”, “no puedo”, “si reaccioné así es porque en el fondo tengo razón”, “si me siento culpable es porque todo fue culpa mía”, “si estoy herido, entonces fui injustamente tratado en todo”. La empatía consigo mismo introduce aquí una pausa. No niega la vivencia. No la ridiculiza. Pero tampoco la idolatra. Pregunta: ¿qué está ocurriendo realmente en mí?, ¿qué parte de esto es dolor y qué parte es interpretación?, ¿qué parte de mi reacción nace de una herida antigua y qué parte del hecho presente?, ¿qué parte de mi culpa es sana y cuál es excesiva?, ¿qué parte de mi dureza conmigo es exigencia legítima y cuál es hostilidad interior?

Esta capacidad interrogativa es uno de los rasgos más altos de una subjetividad formada. Porque sin ella el sujeto queda entregado, alternativamente, a la tiranía de sus afectos o a la tiranía de sus

juicios más crueles. La empatía consigo mismo no lo salva de toda tensión; lo salva de esa oscilación bárbara entre obedecerlo todo y condenarlo todo. Le permite habitarse mejor.

Hay un punto especialmente delicado en esta cuestión: la relación con la propia **caída moral**. Cuando uno ha mentido, herido, traicionado, fallado, cedido cobardemente o actuado por resentimiento, la tentación es doble. O bien se endurece hasta identificarse por completo con esa caída: “soy esto”, “esto me define”, “no merezco otra mirada”. O bien se corre hacia una explicación comprensiva que disminuye demasiado pronto el peso de la responsabilidad: “estaba roto”, “venía muy herido”, “en realidad no podía actuar de otro modo”. La empatía consigo mismo, si es madura, evita ambas simplificaciones. Permite ver algo decisivo: que la caída tiene historia sin dejar por eso de ser caída. Esta frase contiene la estructura entera del problema.

Ver la historia de una caída no es negarla. Es situarla. Y situarla puede ser moralmente muy fecundo, porque sólo quien comprende algo del entramado desde el que se desordenó puede empezar a transformarlo con verdad. La autoacusación abstracta no cambia mucho. La autoindulgencia tampoco. Lo que transforma es la combinación difícil entre comprensión estructural y responsabilidad real. Poder decir: “sí, hice esto; sí, hay aquí orgullo, miedo, herida, deseo de protegerme, torpeza afectiva; sí, no soy sólo este acto; y sí, por eso mismo me toca responder mejor.” Esta forma de lenguaje interior no es blanda. Es moralmente mucho más exigente que la simple dureza.

También en relación con el sufrimiento la empatía consigo mismo es indispensable. Hay personas que padecen pérdidas, humillaciones, duelos, fracasos o crisis y, en lugar de comprender la magnitud real

de lo que les está ocurriendo, se exigen funcionar como si nada esencial hubiera cambiado. Se comparan con otros, minimizan su herida, se acusan de exageración o de debilidad, y convierten la necesidad legítima de tiempo, cuidado o límite en una prueba más de insuficiencia. Esta crueldad interior es muy frecuente. Y no siempre nace de fortaleza. Muchas veces nace de incapacidad para dejarse afectar por la propia realidad. La empatía consigo mismo, en estos casos, cumple una función casi inaugural: autoriza a reconocer que algo duele de verdad y que esa verdad debe pesar en el modo en que uno se trata.

Pero esa autorización no es soberanía absoluta del dolor. Éste es el punto decisivo. Reconocer que una herida pesa de verdad no significa entregarle automáticamente el gobierno de toda la vida. No significa abandonar toda responsabilidad, ni declarar ilegítima toda exigencia, ni suspender indefinidamente el trabajo del duelo, del pensamiento o de la reconstrucción. La empatía consigo mismo ayuda a no negarse el dolor; no debe ayudar a organizar toda la existencia alrededor de él. Puede proteger del autoabandono severo. No debe convertirse en un culto interior de la propia herida.

Esto se ve con especial claridad en la relación con el **cansancio**. Muchas personas sólo pueden tratarse a sí mismas de dos maneras: o con una exigencia abstracta que no reconoce ningún límite real, o con una concesión indiscriminada que convierte el cansancio en argumento suficiente para toda retirada. La empatía consigo mismo introduce una mediación más fina. Pregunta qué tipo de cansancio hay aquí, de dónde nace, qué parte exige descanso legítimo y qué parte se ha convertido ya en refugio frente a una dificultad que todavía debería ser atravesada. Ésta es una tarea muy delicada. Porque el cansancio puede ser real y, al mismo tiempo, estar

mezclado con evitación. Sólo una conciencia que se trata con suficiente verdad y sin demasiada violencia puede intentar distinguirlo.

Hay además un aspecto especialmente fecundo de la empatía consigo mismo: la posibilidad de no quedar reducido a la propia **versión funcional**. Muchas personas viven casi enteramente identificadas con lo que hacen, rinden, producen, sostienen o logran. Cuando esa función falla, se desploman moralmente porque carecen de acceso a una interioridad más profunda que la lógica del desempeño. La empatía consigo mismo rompe esta reducción. Permite reconocer que uno no es sólo su rendimiento, ni sólo su eficacia, ni sólo su imagen externa de consistencia. Esto no desvaloriza la responsabilidad ni el trabajo. Impide simplemente que el fracaso funcional se vuelva inmediatamente descalificación ontológica.

Este punto es muy importante porque gran parte del sufrimiento contemporáneo está ligado a la imposibilidad de habitar con dignidad la propia insuficiencia. Si uno no sabe verse desde dentro con una comprensión justa, queda entregado a la lógica del resultado o del juicio comparativo. La empatía consigo mismo, bien formada, permite otra relación con la falta de logro: no negarla, no romantizarla, pero tampoco convertirla en sentencia total sobre el propio ser. Esta capacidad de no identificarse enteramente con la propia insuficiencia es una de las condiciones más profundas de una vida moral y espiritual sana.

También debe decirse que la empatía consigo mismo tiene una función importante en la **deliberación moral**. Quien no entiende bien qué lo mueve, qué lo hiere, qué lo desordena y desde dónde está reaccionando, delibera mal. Cree estar decidiendo libremente

cuando en realidad está siendo empujado por miedos, deseos de aprobación, heridas viejas o impulsos de autoprotección mal reconocidos. La empatía interior no resuelve por sí sola el problema del bien, pero ofrece una claridad preciosa sobre el suelo desde el que uno está eligiendo. No toda conciencia de sí es ya verdad moral, pero sin alguna forma de conciencia de sí la vida moral se vuelve mucho más ciega.

Esto vuelve especialmente importante la relación entre empatía consigo mismo y **autoengaño**. Porque uno de los grandes riesgos de la interioridad es usar la comprensión como coartada. “Me entiendo tanto que ya no me contradigo nunca”, “veo tan bien mis heridas que toda exigencia me parece violencia”, “comprendo tan bien mi fragilidad que toda crítica a mí mismo se vuelve sospechosa.” Aquí la empatía interior se ha pervertido. Ya no ilumina. Protege. Y protege no la dignidad profunda del sujeto, sino ciertos patrones de evitación. La empatía madura consigo mismo debe incluir la disposición a descubrir estas maniobras. No es una ternura ingenua. Es una ternura lúcida, capaz de no servir al propio engaño.

Del mismo modo, existe una deformación inversa: la persona que se acusa sin tregua y llama a esa acusación honestidad. Pero muchas veces no es honestidad; es incapacidad de mirar la propia vida con suficiente profundidad. Sólo ve el fallo, no su contexto. Sólo ve la caída, no la estructura que la hizo posible. Sólo ve el daño causado, no también la miseria interior desde la que actuó. Esta ceguera es espiritualmente estéril porque no genera transformación real. La empatía consigo mismo, aquí, no viene a decir “no fue nada” ni “estaba bien que actuara así”. Viene a decir otra cosa: “si quieres cambiar de verdad, tendrás que comprender mejor lo que ocurrió en ti y dejar de alimentarte sólo de condena.”

Hay una diferencia importante entre la empatía consigo mismo y la **autocompasión sentimental**. Esta última tiende a colocar al sujeto en el centro de una narrativa donde todo lo vivido se organiza alrededor de su herida y donde la prioridad principal parece ser protegerse del juicio y de la exigencia. La empatía consigo mismo no hace eso. No quita centralidad a la propia herida para negarla, pero tampoco la convierte en el eje soberano del mundo. Mantiene una relación con la realidad. Sigue sabiendo que existen otros, que hay responsabilidades, que la propia experiencia no agota la verdad del caso, que lo que uno siente no siempre coincide con lo que debe hacer. En otras palabras: conserva alteridad y mundo. La autocompasión sentimental se repliega. La empatía madura consigo mismo no.

También es importante advertir que esta forma de comprensión interior no se consigue sólo mediante introspección solitaria. Muchas veces se aprende a través de vínculos donde uno ha sido suficientemente bien mirado por otros: amistades, amores, maestros, terapeutas, acompañantes o figuras de autoridad que supieron comprender sin humillar y corregir sin degradar. La empatía consigo mismo, en muchos casos, es un fruto tardío de haber sido recibido alguna vez de manera justa. Quien sólo ha conocido miradas duras o miradas complacientes puede tener enormes dificultades para reproducir consigo esa tercera forma más alta. Por eso la vida interior no está enteramente separada de la historia relacional. La forma en que uno se trata suele llevar dentro algo de cómo fue tratado.

Esto no elimina la responsabilidad personal. La desplaza a una tarea más concreta: aprender, a veces muy tarde, a tratarse mejor de lo que uno fue tratado o a exigirse mejor de lo que uno aprendió a

exigirse. Esta tarea puede ser ardua y lenta. Pero es posible. Y en ella la empatía consigo mismo cumple una función decisiva: permite empezar a escucharse sin hundirse, a corregirse sin odiarse, a reconocer la propia herida sin convertirla en absolución y a reconocer la propia culpa sin convertirla en identidad total.

Hay, además, una dimensión temporal muy importante. La empatía consigo mismo ayuda a reconciliarse con el hecho de que uno no se transforma al ritmo del puro mandato moral. Hay hábitos, traumas, reacciones defensivas y patrones de pensamiento o afecto que tardan en deshacerse. Una exigencia sin empatía ignora esta temporalidad y se vuelve cruel. Una comprensión sin exigencia la convierte en excusa. La madurez consiste en otra cosa: aceptar que ciertos cambios necesitan tiempo sin por ello dejar de llamarlos cambios necesarios. Esto exige una mezcla muy rara de paciencia y seriedad. Y justamente ahí la empatía interior resulta irremplazable.

También se ve aquí que la empatía consigo mismo tiene una función protectora frente a la **desesperación moral**. Muchas personas, cuando descubren sus propias repeticiones, sus debilidades persistentes o sus caídas reiteradas, concluyen demasiado rápido que no hay transformación posible o que su verdad más profunda coincide con lo peor de sí. Esta desesperación nace a menudo de una visión muy pobre del sujeto, reducido a sus actos más visibles o a sus patrones más frustrantes. La empatía consigo mismo no niega la gravedad de esas repeticiones. Pero impide identificarse enteramente con ellas. Mantiene abierta una diferencia mínima entre el yo y su peor consolidación actual. Esa diferencia es decisiva. Sin ella, la esperanza moral se vuelve casi imposible.

No obstante, esta esperanza no debe confundirse con indulgencia barata. La empatía consigo mismo no dice: “en el fondo estoy bien

así.” Dice algo más difícil: “en el fondo no soy sólo esto que hoy me desordena, y precisamente por eso me toca trabajar para responder de otro modo.” La esperanza moral verdadera no anestesia la exigencia. La hace soportable. Y para eso necesita de una comprensión interior suficientemente justa.

Podría decirse, entonces, que la gran tarea de la empatía consigo mismo es hacer posible una relación interior donde uno no tenga que elegir entre dos barbaries: la de obedecer ciegamente a la propia herida o la de aplastarla bajo un juicio abstracto que no quiere comprender nada de ella. Esta tercera vía no es cómoda. Exige vigilancia, autoconocimiento, paciencia, sinceridad y capacidad de soportar complejidad. Pero sólo allí la vida interior se vuelve realmente adulta.

La formulación más rigurosa sería ésta:

La empatía consigo mismo alcanza su forma madura cuando permite comprender con verdad la propia herida, fragilidad, caída o cansancio sin convertir esa comprensión ni en autojustificación sentimental ni en excusa para la irresponsabilidad, haciendo posible una exigencia sin crueldad y una lucidez sin autoaniquilación.

Ésta es una de las tareas más difíciles de la vida humana. Porque no basta con comprender a los demás si uno no sabe habitarse con un mínimo de verdad y de misericordia bien ordenada. Y, al mismo tiempo, no basta tratarse con amabilidad si esa amabilidad no sabe sostener la responsabilidad. La empatía consigo mismo, cuando alcanza esta forma madura, deja de ser una técnica de bienestar y se convierte en una verdadera disciplina moral del alma.

12.9. La empatía en el cuidado: acompañar sin sustituir, aliviar sin apropiarse

Hay un ámbito donde la empatía adquiere una densidad especialmente delicada: el cuidado. No ya el amor en sentido amplio, ni la amistad, ni la educación en cuanto transmisión de verdad o de forma, sino la situación en la que un ser humano se hace cargo, de manera más o menos estable, de la fragilidad, del dolor, de la enfermedad, de la dependencia o del agotamiento de otro. Allí la empatía parece casi evidente como exigencia. Y lo es. Sería insoportable imaginar un cuidado enteramente técnico, frío o administrado como si el otro fuera sólo un cuerpo, un expediente o una función. Pero precisamente porque aquí la empatía es tan necesaria, también se vuelve muy vulnerable a deformaciones específicas: invasión, paternalismo, apropiación, autoanulación, fatiga y poder blando. El cuidado pone a prueba la facultad en uno de sus lugares más extremos.

Conviene comenzar con una afirmación decisiva: cuidar no es sólo hacer cosas por otro, sino **acompañar una vulnerabilidad sin reducir a la persona a esa vulnerabilidad**. Esta segunda parte es esencial. Porque el cuidado puede degradarse fácilmente en una relación donde el otro desaparece detrás de su necesidad. Se lo ve como enfermo, dependiente, frágil, limitado, anciano, herido, deprimido, discapacitado, agotado, traumatizado, y poco a poco esas condiciones ocupan todo el campo de la mirada. La empatía madura combate precisamente esa reducción. Permite recibir el sufrimiento o la limitación con toda su gravedad sin olvidar que quien la padece sigue siendo alguien más que su estado.

Esta verdad importa mucho porque en el cuidado hay siempre una asimetría. Uno puede hacer más, sostener más, decidir más, ver

más, ordenar más. El otro, por la situación que atraviesa, está más expuesto, más necesitado, a veces más confundido o más disminuido en ciertas facultades. Esa asimetría no es mala en sí. El problema aparece cuando quien cuida empieza a habitarla como derecho sobre el otro. La empatía verdadera debería volver más delicada la relación con ese desnivel. Debería hacer sentir con más claridad el peligro de usar el saber, la fuerza, la estabilidad o la capacidad organizativa propia para ocupar la vida ajena. Cuando esto no ocurre, el cuidado se paternaliza. Ayuda, sí. Pero ayuda apropiándose.

Por eso una de las primeras tareas de la empatía en el cuidado consiste en recordar que la fragilidad del otro no cancela su condición de sujeto. Quien cuida debe entrar en el mundo del dolor, del miedo, del cansancio o de la dependencia ajena; pero debe hacerlo de manera tal que esa entrada no sustituya la voz del otro por la propia lectura de lo que le conviene. Éste es un punto finísimo. A veces será necesario decidir por otro en ciertos aspectos, anticiparse, proteger o intervenir con más firmeza. El cuidado real no puede descartar estas situaciones. Pero precisamente por eso la empatía es tan importante: para que esas intervenciones no nazcan de la comodidad del cuidador, ni de su ansiedad, ni de su deseo de control, sino de una relación más justa con lo que el otro vive y puede o no puede sostener.

El buen cuidador no pregunta sólo “¿qué necesita?” sino también “¿cómo vive esto que necesita?”, “¿qué significa para él ser ayudado de esta manera?”, “¿qué parte de esta ayuda lo sostiene y cuál lo humilla?”, “¿qué forma de presencia respeta mejor su dignidad en esta situación concreta?”. Estas preguntas distinguen un cuidado simplemente eficaz de un cuidado verdaderamente humano. Hay

ayudas que resuelven técnicamente un problema y, sin embargo, dejan al otro degradado. Hay otras que quizá no eliminan todo el dolor, pero lo rodean de una forma de trato que conserva mejor la condición de sujeto de quien lo padece. La empatía es decisiva para esta diferencia.

Esto se ve con particular claridad en el cuidado de la enfermedad. Un cuerpo enfermo no es sólo un organismo desordenado. Es también una experiencia alterada del tiempo, de la dependencia, del pudor, de la incertidumbre, de la pérdida de autonomía, a veces de la vergüenza y del miedo a dejar de ser reconocible para los demás. Quien cuida sólo desde la función médica, doméstica o logística puede atender muchas cosas importantes y, sin embargo, no entrar realmente en ese mundo. El paciente queda entonces bien asistido y mal recibido. La empatía no sustituye el saber técnico ni la organización material del cuidado. Les da una profundidad sin la cual la persona termina siendo tratada como caso bien manejado y no como vida herida.

Pero sería un error creer que la empatía en el cuidado consiste simplemente en sentir mucho con el dolor ajeno. Si así fuera, los mejores cuidadores serían los más emocionalmente arrastrados. Y no es así. El cuidado exige una cercanía capaz de no convertirse en hundimiento conjunto. Quien cuida tiene que poder entrar suficientemente en la experiencia del otro sin ser absorbido por ella hasta el punto de perder la forma, la continuidad o la libertad de decisión. Ésta es una de las grandes paradojas del cuidado: requiere mucha cercanía y, al mismo tiempo, cierta no fusión. Sin esta doble condición, o bien el otro queda solo dentro de una atención demasiado exterior, o bien ambos quedan atrapados en un régimen de sufrimiento compartido que ya no ayuda bien a ninguno.

Esto significa que la empatía en el cuidado debe ser compatible con una fuerte capacidad de **no sustituir**. Sustituir al otro parece, a veces, la forma más fácil de ayudar. Se decide por él, se interpreta por él, se habla por él, se organiza por él, se siente por él, se anticipa por él. Y en algunos momentos concretos algo de esto podrá ser inevitable. Pero convertido en estructura estable, destruye la subjetividad del cuidado. La empatía madura pregunta continuamente: "¿qué puede todavía hacer, decidir, expresar o sostener esta persona por sí misma, aunque sea en grado mínimo?" Porque el cuidado no debería consistir en ocupar el espacio que la fragilidad abre, sino en ayudar a que ese espacio no devore del todo la agencia de quien lo atraviesa.

De ahí que una de las pruebas más finas del cuidado empático sea la capacidad de aliviar sin apropiarse. Aliviar es importante. Nadie debería romantizar el dolor ni la dependencia. Pero aliviar no significa necesariamente hacer desaparecer toda dificultad al precio de volver pasiva la existencia del otro. A veces la ayuda más humana no es la que quita más peso en el instante, sino la que lo hace de modo tal que el sujeto no quede completamente expropiado de su propia vida. Esto exige una atención muy delicada a la diferencia entre asistir y reemplazar. La empatía ayuda a percibir cuándo el alivio se ha vuelto silenciosamente expropiación.

Hay otra dimensión central del cuidado donde la empatía es decisiva: la relación con el **pudor**. Quien sufre, depende o enferma no sólo necesita ayuda material o emocional. Muy a menudo necesita también que su exposición no sea tratada con indiferencia. La pérdida de autonomía puede tocar zonas de vergüenza muy hondas. Ser lavado, vestido, observado, medicado, acompañado a hacer cosas que antes se hacían en soledad, todo eso puede herir la

dignidad si se administra de manera puramente funcional. La empatía percibe este espesor invisible. Permite que el gesto técnico sea también gesto moral. No elimina la necesidad de intervenir, pero evita que la intervención se vuelva una forma de desnudez sin amparo.

También en el cuidado aparece con fuerza un peligro ya visto: la **centralidad del cuidador**. Cuanto más necesaria se vuelve una persona para la continuidad de la vida de otra, más fácil es que esa necesidad alimente una identidad moral intensa: "soy quien sostiene", "quien entiende de verdad", "quien está siempre", "quien hace posible que el otro siga". Puede haber mucha verdad y mucha nobleza en ello. Pero también una enorme tentación narcisista. La empatía, si no está vigilada, puede convertirse en una de las fuentes de esa centralidad. Se comprende tanto y se cuida tanto que el otro empieza a aparecer, incluso para sí mismo, cada vez más a través del cuidador. La verdadera empatía resiste esta tentación. No quiere volverse indispensable por identidad. Quiere servir al bien del otro, y eso incluye alegrarse de todo espacio de autonomía recuperada, aunque ese espacio disminuya la propia centralidad.

Esto es especialmente importante en los cuidados prolongados. Cuando una relación gira durante mucho tiempo alrededor de la necesidad de uno y de la asistencia del otro, el vínculo puede reordenarse silenciosamente en torno a esa polaridad. El cuidador se convierte en estructura, intérprete, administrador y, a veces, sentido de la vida diaria del cuidado. La persona cuidada corre el riesgo de quedar definida casi por completo por ese lugar de dependencia. La empatía madura necesita luchar contra esta deriva. No puede eliminar la asimetría real. Pero sí puede impedir que esa asimetría se vuelva identidad total de ambos. El que cuida

no es sólo cuidador. El que es cuidado no es sólo dependiente. Recordar esto es ya una forma alta de protección de la dignidad.

Hay además una dimensión crucial del cuidado: la relación con el **no poder arreglarlo todo**. Quien cuida se enfrenta con frecuencia a la impotencia. No puede quitar del todo el dolor, ni evitar el deterioro, ni resolver la angustia, ni detener la pérdida, ni impedir ciertas recaídas, ni responder de manera perfecta a toda necesidad. Una empatía mal ordenada vive esta impotencia como culpa constante. Se siente fallando cada vez que el otro sigue sufriendo. Y entonces empieza a sobrecargarse, a invadir, a agotarse o a tratar de controlar lo incontrollable. La empatía madura, en cambio, acepta mejor que acompañar bien no equivale a eliminar toda herida. Puede estar presente sin prometer redención. Esta aceptación no enfría el cuidado. Lo vuelve más respirable.

Respirable también para el otro. Porque a veces quien sufre se ve obligado no sólo a cargar con su dolor, sino además a sostener emocionalmente a quien lo cuida, si éste se derrumba, se culpabiliza demasiado o dramatiza en exceso su impotencia. En ese caso el cuidado se invierte de manera muy destructiva. La empatía madura protege de esta inversión. Le permite al cuidador ser afectado por la fragilidad ajena sin convertir su propia afectación en centro de la escena. Hay aquí una forma muy alta de sobriedad: sufrir con el otro sin pedirle, además, que contenga el sufrimiento que me produce su sufrimiento.

Esta sobriedad es una de las claves del cuidado verdadero. Quien cuida empáticamente no convierte cada gesto en un drama moral sobre sí mismo. No necesita continuamente ser reconocido como quien más sufre al acompañar. Puede vivir desgaste, tristeza, frustración y cansancio reales, desde luego. Pero intenta que el

centro siga estando en la dignidad y en el bien del otro, no en la autoexhibición de su entrega. Esto no significa que deba callarlo todo o no pedir ayuda. Significa sólo que no debe convertir la propia conmoción en nuevo peso sobre la vida ya cargada de quien es cuidado.

Aquí aparece una exigencia especialmente delicada: el cuidado necesita también **límites**. No sólo para proteger al cuidador del agotamiento, sino para que la relación no derive en apropiación recíproca, dependencia desordenada o fusión de identidades. Muchas personas cuidan mal no por falta de amor, sino por incapacidad de concederse o conceder espacio. Todo se vuelve cuidado, todo se lee desde la necesidad, todo se organiza alrededor del dolor o de la fragilidad. Y entonces el vínculo pierde otras dimensiones: humor, normalidad, silencio, exterioridad, deseo de cosas no definidas por el sufrimiento. La empatía madura sabe que la vida no puede quedar enteramente absorbida por el cuidado sin que el cuidado mismo termine deformándose.

Este punto es muy importante porque el cuidado prolongado puede convertirse en un régimen donde toda afirmación de autonomía, de distancia o de cansancio parece traición. La persona cuidada puede vivir como abandono cada movimiento de límite. El cuidador puede vivir como culpa cada gesto de retirada. La empatía mal ordenada refuerza este círculo porque ambos comprenden demasiado bien la herida del otro y, precisamente por eso, dejan de sostener con claridad las condiciones de una relación todavía vivible. La empatía madura hace otra cosa: reconoce el dolor del límite sin por ello renunciar a él cuando es necesario. Puede decir: “entiendo que esto te duela, pero no por eso es un abandono”; o “entiendo mi culpa, pero no por eso debo obedecerla”.

Hay también una dimensión de verdad especialmente importante en el cuidado. A veces cuidar bien exige **decir** algo que el otro no quiere oír: reconocer un deterioro, nombrar una adicción, señalar un patrón autodestructivo, aceptar un pronóstico, poner fin a ciertas fantasías, introducir una ayuda externa, organizar un cambio de vida. La empatía es indispensable aquí, porque sin ella la verdad puede caer como aplastamiento. Pero la empatía no debe impedirla. Si el cuidador comprende tanto el miedo del otro que ya no puede nombrar la realidad, termina colaborando con el autoengaño. Y el autoengaño, aunque alivie un poco en el instante, suele empeorar el fondo. La verdadera compasión no protege del todo frente a la realidad; protege frente a una forma inhumana de introducirla.

Hay además un aspecto especialmente profundo del cuidado: la capacidad de seguir viendo en el otro no sólo necesidad, sino también **misterio**. Es decir, algo que no se agota ni en el diagnóstico, ni en la historia clínica, ni en la dependencia, ni en la tristeza, ni en la rutina del acompañamiento. El cuidado más alto no cosifica ni siquiera benevolentemente. No cree que porque ya sabe mucho del dolor del otro lo haya agotado. Sigue tratándolo como alguien en quien hay más de lo que el sufrimiento deja ver. Esta actitud es crucial, porque sólo así el cuidado no se vuelve una administración experta de la desgracia, sino una relación donde la persona sigue siendo más grande que lo que padece.

Podría decirse, entonces, que la empatía en el cuidado tiene una doble misión: entrar verdaderamente en el mundo de la fragilidad ajena y, al mismo tiempo, impedir que esa fragilidad absorba por completo la identidad del otro y la forma del vínculo. Allí donde se pierde la primera misión, el cuidado se tecnifica y enfría. Allí donde se pierde la segunda, el cuidado se apropia, se agota o se dramatiza.

Sólo su integración hace posible una presencia que alivie sin reducir, sostenga sin dominar y permanezca sin devorar.

La formulación más rigurosa sería ésta:

En el cuidado, la empatía alcanza su forma madura cuando permite acompañar la fragilidad, el dolor o la dependencia del otro con suficiente profundidad como para no tratarlo como caso o función, y con suficiente forma como para no sustituir su subjetividad, no apropiarse del vínculo ni convertir la ayuda en una nueva forma de dominio o de autoanulación.

Ésta es una de las formas más altas de humanidad práctica. Porque cuidar bien exige mucho más que buena voluntad o competencia técnica: exige una comprensión que no invada, una cercanía que no se derrumbe, una presencia que no necesite centralidad y una fidelidad capaz de aliviar sin usurpar. Allí la empatía deja de ser una emoción prestigiosa y se convierte en una de las artes morales más difíciles del espíritu.

12.10. La empatía en la justicia: juzgar sin deshumanizar, reconocer el daño sin convertir el sufrimiento en medida única

Hay pocos ámbitos donde la empatía genere tantas suspicacias como la justicia. Y la razón es comprensible. Allí donde se trata de establecer hechos, responsabilidades, límites, reparaciones o sanciones, toda apelación a la interioridad del otro parece inmediatamente ambigua. Puede parecer una puerta abierta a la arbitrariedad, al debilitamiento de la norma, a la desigualdad de trato o a una sentimentalización que vuelva imposible llamar a las cosas por su nombre. Por eso muchos prefieren pensar la justicia como una esfera donde la empatía debería reducirse al mínimo, para no contaminar la imparcialidad. Pero esta solución, aunque

inteligible, es insuficiente. Una justicia sin empatía puede conservar forma legal y, sin embargo, degradarse moralmente hasta volverse ciega respecto de aquello mismo que juzga: personas concretas, heridas concretas, contextos concretos, humillaciones concretas, responsabilidades encarnadas. La cuestión no es, por tanto, si la empatía debe entrar o no en la justicia, sino cómo debe entrar sin corromperla.

Conviene comenzar por una distinción decisiva. La justicia no puede dejarse gobernar por la sola empatía, pero tampoco puede ejercerse correctamente como si la empatía fuera irrelevante. Si se deja gobernar por ella, se vuelve inestable, desigual y excesivamente dependiente de la visibilidad afectiva de los casos. Si la declara irrelevante, se endurece y empieza a tratar a las personas como soportes abstractos de actos, derechos o sanciones. La justicia madura necesita otra cosa: una empatía suficientemente real como para impedir la cosificación del juzgado y de la víctima, y suficientemente contenida como para no sustituir el trabajo de establecer verdad, responsabilidad y medida.

Este equilibrio es extremadamente difícil porque la justicia trabaja, al mismo tiempo, con hechos y con vidas. Necesita saber qué ocurrió, quién hizo qué, con qué intención, con qué efectos, con qué grado de libertad, con qué daño, con qué contexto y con qué responsabilidad. Nada de esto puede resolverse sólo por la conmoción. Pero tampoco puede resolverse bien sobre una imagen antropológicamente plana del ser humano. Un mismo acto no significa lo mismo si se lo abstrae de toda historia interior o si se lo lee únicamente desde ella. La empatía interviene aquí para impedir dos simplificaciones opuestas: la del infractor reducido a pura culpa

sin mundo, y la de la víctima reducida a dato de expediente sin espesor vivido.

La primera función de la empatía en la justicia, por tanto, es **epistémica**. Ayuda a ver mejor qué significa realmente un acto para quien lo sufre y para quien lo comete. En el caso de la víctima, permite comprender que el daño no se reduce a un evento exterior mensurable, sino que altera la confianza, la seguridad, el sentido de sí, la relación con el cuerpo, con el espacio, con el lenguaje o con el futuro. En el caso del responsable, permite captar mejor desde qué mezcla de miedo, resentimiento, indiferencia, codicia, humillación, pánico, costumbre o ceguera se volvió posible lo que hizo. Esto no reemplaza la prueba ni el juicio. Pero los vuelve menos rudimentarios. Una justicia que no intenta comprender estas dimensiones ve menos de la realidad moral del caso, aunque conserve rigor formal.

Sin embargo, esta función cognitiva de la empatía debe ser delimitada con gran precisión. Comprender la experiencia de la víctima no significa convertir su dolor en criterio único de la decisión justa. Comprender la experiencia del infractor no significa disolver su responsabilidad en su historia interior. Ésta es la frontera decisiva. La empatía entra en la justicia para complejizar la comprensión, no para abolir la norma. El sufrimiento vivido no puede decidirlo todo, porque la justicia debe considerar también pruebas, proporcionalidad, igualdad ante la ley, efectos sobre terceros, consistencia institucional y responsabilidad real. Del mismo modo, el contexto interior del infractor no puede absorber su acto hasta volverlo casi inevitable o moralmente inocuo. La justicia necesita contexto, no absorción del acto en el contexto.

Esto se vuelve especialmente visible en la relación entre empatía y **sanción**. Una sanción sin empatía corre el riesgo de convertirse en puro castigo exterior, aplicado sobre una figura simplificada del culpable. En ese régimen, el infractor deja de ser alguien para convertirse en portador de una falta. La pena puede ser formalmente correcta y, sin embargo, estar atravesada por un espíritu de humillación, desprecio o indiferencia respecto de la complejidad humana del juzgado. Pero una sanción gobernada demasiado por la empatía corre el riesgo contrario: comprender tanto las heridas, miedos o condicionamientos del infractor que ya no encuentra el punto desde el cual la consecuencia justa puede ser sostenida. La empatía madura no elimina la sanción; la humaniza. Le impide nacer del deseo de degradar y, al mismo tiempo, le impide desaparecer en una psicologización ilimitada.

Este punto es importante porque una parte del imaginario moral contemporáneo parece incapaz de pensar simultáneamente comprensión y consecuencia. O bien se inclina a la dureza que no quiere saber nada del mundo interior del culpable, o bien a una sensibilidad que considera casi obsceno introducir consecuencias serias una vez que la historia de fragilidad ha sido comprendida. Pero la justicia exige otra cosa: una consecuencia que, precisamente por comprender mejor, pueda ser más ajustada, menos vengativa y más orientada al bien común y a la reparación del orden dañado. La empatía no debe volver imposible la consecuencia. Debe impedir que la consecuencia sea bárbara.

También en el lado de la víctima la cuestión es delicadísima. Hay formas de justicia que reconocen formalmente el daño y, sin embargo, dejan a la víctima prácticamente sola dentro de él. Le ofrecen procedimientos, quizá reparación económica, quizá

reconocimiento de hechos, pero no logran hacerse cargo de la dimensión existencial de lo sufrido. La empatía cumple aquí un papel decisivo: ayuda a que el daño no sea reducido a categoría jurídica sin espesor humano. No transforma la institución en terapia, ni debería hacerlo. Pero sí puede hacer que la respuesta institucional no parezca construida como si el sufrimiento concreto de quien fue dañado fuera irrelevante para la textura moral del proceso.

Esto vale también para la escucha. Una justicia sin empatía escucha mal, incluso cuando "oye" correctamente. Escucha buscando datos, inconsistencias, encuadres legales, pertinencia probatoria, pero no siempre deja comparecer el mundo vivido que esos datos expresan o deforman. Esta limitación puede ser comprensible en ciertos momentos técnicos del procedimiento, pero se vuelve grave cuando coloniza por completo la relación con quienes comparecen. La persona siente entonces que ha tenido que traducir un daño vivido a un idioma que lo vacía para poder ser reconocido. La empatía, sin sustituir el rigor del procedimiento, puede aliviar esta violencia secundaria. Hace que la institución no trate la experiencia humana como un obstáculo molesto para la pureza del análisis.

Pero, una vez más, la empatía hacia la víctima no debe convertirse en obediencia absoluta a su narrativa. Éste es un punto especialmente importante y difícil de decir sin dureza. Que una experiencia de daño sea real en su vivencia no resuelve por sí sola todas las preguntas sobre los hechos, las intenciones, los contextos o las responsabilidades. La justicia que renunciara a estas preguntas por respeto mal entendido al sufrimiento dejaría de ser justicia. La verdadera consideración por la víctima no consiste en abolir el discernimiento, sino en hacer que ese discernimiento no

sea ejercido de manera humillante o despersonalizante. La institución no debe elegir entre creer ciegamente o maltratar escépticamente. Debe buscar una tercera forma: examinar con rigor sin negar la densidad humana de lo examinado.

Esto requiere una virtud especialmente rara: la capacidad de soportar el hecho de que **comprender mucho no simplifica necesariamente la decisión**. De hecho, muchas veces la vuelve más difícil. Comprender hondamente el sufrimiento de la víctima puede aumentar el peso moral del caso. Comprender hondamente la historia del acusado puede hacer más arduo sostener la sanción. Comprender los contextos estructurales que atraviesan a ambos puede complicar todavía más la medida justa. La empatía no resuelve esa complejidad; la revela. Y justamente por eso una justicia empáticamente seria exige jueces, instituciones o agentes capaces de soportar la incomodidad de decidir sin simplificar demasiado lo que han llegado a ver.

Hay además una cuestión decisiva en la justicia contemporánea: el riesgo de que la empatía se vuelva **selectiva**. No todos los daños conmueven igual, no todas las víctimas son igual de legibles, no todos los acusados despiertan la misma complejidad en la imaginación moral. Hay víctimas agradables y víctimas antipáticas, sufrimientos narrables y sufrimientos mudos, culpables trágicos y culpables torpes, historias que piden compasión y otras que despiertan rechazo inmediato. Una justicia demasiado dependiente de estas resonancias afectivas se vuelve radicalmente desigual. Por eso la empatía en este ámbito necesita una corrección más fuerte que en otros. No puede confiar en su espontaneidad. Tiene que ser educada institucionalmente a no dejar fuera de la humanidad densa a quienes no despiertan de entrada simpatía o identificación.

Esto vale de manera especial respecto del infractor. La justicia madura no debe depender de cuánto resulte agradable o comprensible emocionalmente quien ha hecho daño. Tiene que poder conceder complejidad también a quien repugna, a quien irrita, a quien no sabe expresar bien nada de su interioridad, a quien comparece torpemente, a quien incluso parece moralmente feo. La empatía aquí no justifica. Humaniza. Impide que el sistema punitivo se alimente del desprecio. Y esa diferencia es enorme, porque el desprecio no mejora la justicia; la envilece.

Lo mismo puede decirse de ciertas víctimas o testigos que no encajan en el repertorio fácil de la inocencia legible. No toda persona dañada se presenta de manera clara, agradable, coherente o emocionalmente convincente. Hay traumatizados agresivos, heridos confusos, víctimas que se contradicen, personas que mezclan dolor real con interpretaciones excesivas, sujetos cuya manera de padecer no produce espontáneamente una gran empatía. Una justicia sin suficiente formación empática puede fallar gravemente aquí, no porque niegue deliberadamente el daño, sino porque no sabe leerlo cuando no viene presentado en una forma moralmente confortable. La empatía madura amplía esa capacidad de lectura.

Hay otro punto de enorme importancia: la relación entre empatía y **reintegración**. Si la justicia sólo ve al culpable como portador permanente de la falta, el castigo puede volverse una fijación ontológica. La persona queda reducida a lo peor de sí. La empatía no elimina la necesidad de responsabilidad ni de sanción, pero ayuda a recordar que incluso quien ha dañado sigue siendo más que su acto. Esta memoria es esencial para pensar cualquier horizonte de reintegración, reinserción o restauración. Sin ella, la sanción tiende

a ser pura exclusión. Con ella, puede empezar a pensarse la posibilidad —no garantizada, no automática— de que la respuesta justa no se agote en la mera retribución.

Esto no quiere decir que toda justicia deba orientarse siempre y del mismo modo a la restauración. Hay daños, contextos y peligrosidades que exigen otras prioridades. Pero incluso entonces la empatía conserva una función mínima irrenunciable: impedir que la persona sea tratada como desecho humano. Puede seguir siendo legítimo limitarla, encerrarla, sancionarla o apartarla. No por eso deja de ser alguien. Esta afirmación, en tiempos de polarización punitiva o de sentimentalización indulgente, es especialmente importante. Humanizar al culpable no es minimizar la culpa; es impedir que la justicia se alimente de una deshumanización que terminaría degradando a todos.

También la justicia restaurativa, cuando existe o se busca, muestra con particular nitidez el papel y el límite de la empatía. Sin una mínima empatía, es imposible que la víctima sea escuchada realmente y que el infractor llegue a entender algo más que el carácter externo de su acto. Pero con una empatía mal ordenada, el proceso puede convertirse en presión sobre la víctima para comprender demasiado pronto o en dramatización psicológica del infractor que desplaza el centro del daño sufrido. La empatía restaurativa sólo es fecunda cuando se ordena a una verdad completa: daño, responsabilidad, reconocimiento y posibilidad de recomposición, sin exigir sentimentalmente lo que no puede ser dado todavía.

Hay además una función más discreta pero decisiva de la empatía en la justicia: la de corregir el lenguaje. Una institución o un operador jurídico pueden decir algo correcto de manera innecesariamente

despersonalizante. Pueden explicar una resolución, un rechazo, una prueba insuficiente o una sanción con una sequedad que humilla o enfría más de lo debido. La empatía no cambia por sí sola el contenido de la decisión, pero sí puede cambiar el modo en que la decisión comparece. Y esto no es secundario. Porque la experiencia de la justicia o de la injusticia se juega también en esa textura humana del lenguaje. Una decisión dura puede seguir siendo dura y, sin embargo, no ser pronunciada desde la indiferencia. Esa diferencia importa muchísimo para la dignidad de quienes la reciben.

También debe decirse que la empatía en la justicia no se limita al ámbito penal. En conflictos laborales, civiles, familiares, administrativos o institucionales, la misma exigencia reaparece: comprender lo suficiente como para no reducir a las personas a posiciones funcionales, pero no tanto ni de tal manera que la estructura de la responsabilidad se diluya. Una disputa familiar, una separación, una tutela, una custodia, una sanción laboral o un procedimiento administrativo pueden ser formalmente correctos y existencialmente devastadores si están administrados desde una ceguera empática total. Del mismo modo, pueden sentimentalizarse y volverse arbitrarios si la conmoción por una de las partes sustituye el trabajo de equilibrio y de principio. La estructura del problema es siempre análoga.

En el fondo, la justicia necesita una forma de empatía especialmente sobria. No la empatía intensa que busca proximidad afectiva máxima, sino una empatía disciplinada, capaz de reconocer la interioridad del otro sin quedar gobernada por ella. Una empatía que haga visible el espesor humano de los casos, de las víctimas y de los responsables, pero que acepte que decidir justamente exige pasar

por criterios que no dependen sólo de la resonancia subjetiva. Esta forma es difícil precisamente porque no produce ni el consuelo de la frialdad ni la satisfacción de la pura compasión. Produce otra cosa: una justicia más costosa y más humana.

Podría decirse, entonces, que la gran tarea de la empatía en la justicia consiste en impedir que el juicio se ejerza sobre figuras vacías. Ni la víctima debe ser tratada como simple fuente de datos, ni el infractor como simple depósito de culpa, ni el caso como simple mecánica normativa. Todos comparecen como sujetos, aunque no por ello todos reciban la misma razón, la misma medida ni la misma respuesta. La empatía no nivela moralmente las posiciones. Lo que hace es impedir que la diferencia de posiciones se construya sobre una mutilación previa de la humanidad de quienes ocupan esas posiciones.

La formulación más rigurosa sería ésta:

En la justicia, la empatía alcanza su forma madura cuando permite reconocer el mundo vivido de la víctima y del responsable con suficiente profundidad como para impedir su cosificación, sin convertir ni el sufrimiento ni la historia interior en criterios soberanos que sustituyan a la verdad, a la responsabilidad y a la medida justa.

Ésta es una de las zonas donde la facultad muestra mejor su verdadera dignidad. Porque allí se ve con claridad que comprender no es perdonar sin más, ni suavizar artificialmente, ni elegir sentimentalmente a un lado. Es algo más serio: negarse a que el juicio humano se construya sobre una visión demasiado pobre de lo humano. Sólo desde esa negativa puede haber una justicia que no sea ni fría ni ciega ni sentimentalmente débil, sino difícilmente humana.

12.11. La empatía en el trabajo: colaborar sin instrumentalizar, dirigir sin manipular

El trabajo constituye uno de los lugares donde la empatía suele ser más descuidada y, al mismo tiempo, más necesaria. Suele ser descuidada porque los entornos laborales tienden con facilidad a organizarse en torno a funciones, resultados, tiempos, jerarquías, procedimientos, indicadores y tareas. Todo ello es legítimo. El trabajo no puede reducirse a convivencia afectiva ni a un espacio terapéutico. Pero precisamente por eso corre el riesgo de olvidar algo decisivo: que las funciones son desempeñadas por sujetos, que las decisiones recaen sobre vidas interiores, que las exigencias no afectan a superficies intercambiables y que una organización puede ser muy eficiente y, sin embargo, profundamente deshumanizante. La empatía no está ahí para abolir la racionalidad del trabajo. Está para impedir que esa racionalidad se vuelva ciega respecto de quienes la sostienen.

Conviene comenzar por una afirmación básica: trabajar con otros no significa sólo coordinar acciones, sino habitar una red de presencias humanas atravesadas por cansancio, orgullo, inseguridad, deseo de reconocimiento, miedo al fracaso, desigualdad de poder, vergüenza, ambición, necesidad de estabilidad, expectativas de justicia y distintas formas de vulnerabilidad. Un entorno laboral que ignore todo esto puede seguir funcionando en algún sentido técnico, pero lo hará a costa de una simplificación brutal de la experiencia humana. La empatía interviene justamente ahí. Recuerda que detrás de cada rendimiento, de cada error, de cada resistencia, de cada silencio o de cada conflicto hay alguien para quien lo que ocurre tiene un peso interior singular.

Sin embargo, este reconocimiento necesita una delimitación muy precisa. El trabajo no puede quedar gobernado por la pura gestión del estado emocional de quienes participan en él. Una organización, una empresa, una institución o un equipo no pueden tomar como criterio supremo la evitación de todo malestar subjetivo. Hay decisiones difíciles, exigencias inevitables, límites funcionales, evaluaciones necesarias, frustraciones estructurales y asimetrías de responsabilidad que no desaparecen porque alguien las viva dolorosamente. La empatía en el trabajo, por tanto, no está para sentimentalizar la exigencia, sino para hacer que esa exigencia no se ejerza como si afectara a piezas sin mundo interior.

Esto vale de manera especial para la autoridad. Dirigir sin empatía es fácil en un sentido pobre: basta con ver tareas, plazos, errores, metas y desviaciones. Pero esa facilidad produce jefaturas rígidas, humillantes, ciegas al costo humano de sus decisiones o demasiado torpes para distinguir entre resistencia real, agotamiento legítimo, fragilidad momentánea, desorden persistente o simple falta de compromiso. Una autoridad sin empatía reduce con rapidez a los subordinados a su desempeño visible. Si alguien falla, ve sólo falla. Si alguien se cierra, ve sólo actitud. Si alguien tarda, ve sólo lentitud. Si alguien discrepa, ve sólo inconveniencia. Y esa reducción empobrece gravemente el juicio organizacional.

Ahora bien, el error opuesto no es menos dañino. Existe también una autoridad empáticamente mal ordenada, incapaz de corregir, de evaluar, de despedir, de redistribuir cargas o de sostener una decisión impopular porque ve con demasiada intensidad inmediata el malestar que todo ello producirá. Quiere ser humana y termina siendo ambigua, inconsistente o incluso injusta con el conjunto. La empatía aquí se vuelve miedo al conflicto, necesidad de agradar o

incapacidad de ocupar el lugar directivo sin culpa excesiva. Una organización gobernada sólo así no se humaniza: se desordena. Y el desorden sostenido termina siendo también una forma de daño.

Por eso la autoridad laboral necesita una forma muy precisa de empatía: la que permite comprender sin dejar de decidir. Comprender qué significa para una persona ser corregida, desplazada, no reconocida, no promocionada, recibir una evaluación negativa, no llegar a una meta, ver amenazada su estabilidad o no sentirse suficientemente valorada. Todo eso importa enormemente. Pero importa para que las decisiones, cuando deban tomarse, no se hagan con brutalidad ni con indiferencia, no para que dejen de tomarse cuando son necesarias. La empatía madura en la dirección no elimina la asimetría. La vuelve menos ciega.

Esto se ve con claridad en la corrección del trabajo ajeno. Corregir sin empatía humilla con facilidad. El contenido de la observación puede ser correcto, pero el tono, el momento, la forma o la ausencia total de percepción sobre cómo esa corrección cae sobre la dignidad del otro convierten el acto en una pequeña escena de degradación. El trabajo se vuelve entonces un espacio donde aprender queda mezclado con miedo a exponerse, a preguntar o a equivocarse. La empatía corrige esa brutalidad. Pero tampoco debe llevar a una cultura donde nadie pueda ser contradicho, evaluado o confrontado con su insuficiencia sin que ello sea vivido institucionalmente como una agresión improcedente. Un entorno laboral verdaderamente humano no elimina la corrección; la deshumilliza.

Hay una formulación útil para este punto: en el trabajo, la empatía bien ordenada permite **corregir el desempeño sin aplastar la**

dignidad. Esto parece simple, pero es una de las tareas más difíciles del mando y de la colaboración. Porque exige decir con claridad lo que no funciona, sostener exigencias reales y, al mismo tiempo, no tratar a la persona como si coincidiera enteramente con aquello que en ese momento falla. La crítica al trabajo no debe deslizarse sin más hacia la descalificación del sujeto. La empatía ayuda precisamente a sostener esa diferencia.

También es decisiva en el modo de leer los errores. Hay errores que nacen de negligencia, otros de saturación, otros de formación insuficiente, otros de miedo, otros de culturas organizacionales tóxicas, otros de desorden personal persistente. Una estructura laboral sin empatía tiende a responder de manera plana. Una estructura sentimental responde de manera indulgente o confusa. La empatía madura permite ver más sin por eso dejar de pedir responsabilidad. Esto no significa convertir cada error en historia psicológica. Significa negarse a creer que todo error habla por sí solo.

Hay además una dimensión especialmente importante en los equipos de trabajo: la empatía como condición de **colaboración real**. Trabajar con otros no consiste sólo en no obstaculizarse. Consiste también en aprender a leer el ritmo, el estilo, la dificultad y la forma de carga de los demás. Hay personas que se bloquean bajo presión pública, otras bajo ambigüedad, otras cuando no reciben ninguna señal, otras cuando reciben demasiadas. Hay quienes necesitan más estructura, otros más autonomía, otros más tiempo para elaborar una idea, otros mayor claridad en el reparto, otros menos exposición. La empatía no sustituye la competencia profesional, pero ayuda a que la competencia pueda articularse dentro de un tejido humano más habitable. Sin ella, los equipos

suelen quedar atrapados en malentendidos recurrentes y en juicios demasiado rápidos sobre la supuesta “forma de ser” del otro.

Esto es particularmente visible en los conflictos entre colegas. A menudo cada uno ve bien su propia presión, su propia intención y sus propias limitaciones, mientras reduce la conducta ajena a torpeza, egoísmo, rigidez, sensibilidad excesiva o falta de implicación. La empatía permite aquí algo muy valioso: complejizar la lectura del otro sin que por ello desaparezca la exigencia de resolver el problema. No toda tensión laboral puede ni debe volverse intimidad reflexiva, pero sí debería evitar que el otro quede fijado en una caricatura funcional. La cooperación mejora mucho cuando la diferencia de estilo o de umbral de tensión no se interpreta enseguida como defecto moral total.

También hay un vínculo importante entre empatía y **justicia organizacional**. Las personas no sólo necesitan salario, estructura y tareas claras. Necesitan además sentir que las decisiones que las afectan no se toman desde una opacidad indiferente. Un cambio de rol, una evaluación, una redistribución, una pérdida de confianza, una salida forzada o una reorganización pueden ser objetivamente necesarias. Pero la manera en que se comunican y se ejecutan influye enormemente en la experiencia de justicia o de humillación. La empatía no convierte en buena una mala decisión, pero puede impedir que una decisión difícil se vuelva además una experiencia de despersonalización. En ese sentido, toca una dimensión esencial de la legitimidad del poder en el trabajo.

Sin embargo, este punto exige mucho cuidado, porque también existe una empatía laboral **manipuladora**. Jefes, líderes o compañeros pueden aprender a leer muy bien el mundo emocional de los otros y usar ese conocimiento para dirigir con más eficacia,

desactivar resistencias, generar adhesiones personales, producir lealtades afectivas o volver más tolerable una estructura de explotación o de desigualdad. Ésta es una de las deformaciones más peligrosas del ámbito organizacional. La empatía ya no sirve al reconocimiento, sino a la gobernabilidad afectiva del entorno. El líder comprende para influir mejor, no para cuidar más justamente. El subordinado se siente visto, sí, pero esa visibilidad funciona como recurso de control.

Por eso la empatía en el trabajo debe ser vigilada por una ética del límite y del respeto. Comprender el miedo, la ambición, la fragilidad o el deseo de reconocimiento del otro no concede derecho a organizar el vínculo sobre esas zonas. No todo acceso legítimo a la interioridad del compañero o del subordinado debe ser usado. Una de las pruebas más altas de la autoridad empáticamente madura es precisamente no aprovechar lo que sabe para asegurarse obediencia, gratitud o dependencia. Entiende más, pero usa menos ese saber para su propia centralidad.

Hay además un problema muy contemporáneo que conviene nombrar: la confusión entre empatía y obligación de **transparencia emocional** permanente en el trabajo. Algunos entornos creen haberse humanizado porque promueven una verbalización constante de estados internos, vulnerabilidades, sensibilidades y malestares. Algo valioso puede haber en esto, sobre todo cuando corrige culturas de frialdad o de silencio opresivo. Pero también introduce riesgos. No toda vida laboral mejora porque todo deba ser expresado afectivamente. Hay personas más reservadas, más lentas o más pudorosas que no por ello carecen de interioridad. Una organización verdaderamente humana no exige una única forma

emocional legítima de comparecencia. La empatía madura sabe leer también a quien no se expone tanto.

Esto importa mucho, porque una cultura laboral que celebra demasiado la expresividad puede volverse injusta con quienes no dominan ese lenguaje o no quieren vivir bajo esa exposición continua. La empatía no debe convertirse en vigilancia emocional recíproca ni en obligación de intimidad funcional. Su lugar es otro: hacer más humana la cooperación, no colonizarla psicológicamente. Un trabajo saludable no necesita convertir cada fricción en exploración afectiva ni cada dificultad en materia de interpretación personal exhaustiva. Necesita, más modestamente, no tratar a las personas como mecanismos.

El ámbito laboral muestra también con claridad el problema del **cansancio**. Un compañero agotado puede ser leído como desmotivado, irresponsable o poco comprometido. Un jefe saturado puede volverse más brusco sin reconocerlo. Un equipo puede juzgar como debilidad lo que era desgaste real. La empatía ayuda a ver estas zonas sin por ello santificarlas. Porque el cansancio existe y debe ser reconocido, pero no toda apelación al cansancio puede convertirse en exención general. La organización necesita distinguir entre límite humano real y evitación sostenida. Esa distinción sólo puede hacerse bien con una mezcla de empatía y juicio. Sin la primera, todo se endurece. Sin el segundo, todo se vuelve ambiguo.

También debe decirse que la empatía en el trabajo no se limita a contener dificultades. Puede y debe ampliarse hacia la comprensión de las **formas de plenitud** del otro: su modo de crear, de concentrarse, de entusiasmarse con una tarea, de necesitar reconocimiento justo, de encontrar sentido en su oficio, de trabajar mejor en ciertas condiciones. Un entorno laboral pobre en empatía

ve sólo problemas que gestionar. Un entorno más rico ve también vocaciones, ritmos fecundos, potencialidades y necesidades legítimas de afirmación. Esta dimensión es muy importante, porque el trabajo no es sólo un lugar donde el sujeto se cansa o fracasa. También puede ser un lugar donde se despliega y se reconoce algo valioso de sí. La empatía ayuda a no olvidar esta verdad positiva.

Por supuesto, esto no debe llevar a psicologizarlo todo ni a pensar que toda organización debe convertirse en espacio de autorrealización plena. Sería una exageración. El trabajo contiene también tareas ingratas, límites, funciones repetitivas y realidades económicas o institucionales que no pueden absorber todas las aspiraciones subjetivas. Pero una cierta empatía hacia la relación singular de cada persona con su trabajo sigue siendo decisiva para no administrarla como recurso totalmente intercambiable. Entre la fantasía de plenitud total y la lógica del puro engranaje hay un espacio intermedio de humanidad práctica. Ahí la empatía cumple una función esencial.

La gran prueba de esta facultad en el ámbito laboral podría formularse así: ¿es capaz una organización, una autoridad o un equipo de mantener exigencia, responsabilidad y decisión sin tratar a las personas como si fueran meros vehículos de rendimiento? Si la respuesta es no, falta empatía. Si, por el contrario, la organización ya no puede sostener exigencia ni decisión porque todo queda subordinado al malestar inmediato o a la administración de sensibilidades, la empatía se ha sentimentalizado o instrumentalizado. El punto justo está en otra parte: una estructura de trabajo donde la verdad funcional y la realidad humana no se expulsen mutuamente.

La formulación más rigurosa sería ésta:

En el trabajo, la empatía alcanza su forma madura cuando permite reconocer a colegas, subordinados y superiores como sujetos de experiencia dentro de una trama de funciones y exigencias, haciendo posible corregir, dirigir, colaborar y decidir sin reducir a las personas a rendimiento, ni convertir por ello el malestar subjetivo en criterio soberano de la vida organizacional.

Ésta es una de las condiciones más serias para que el trabajo no se vuelva una máquina moralmente ciega. Porque allí donde no hay empatía suficiente, la eficiencia tiende a deshumanizar. Pero allí donde la empatía no acepta límite ni estructura, la vida laboral se vuelve confusa, manipulable o incapaz de sostener verdad. Sólo una integración rigurosa entre función y humanidad permite un mundo del trabajo que no exija elegir entre producir bien y tratar a las personas como si fueran alguien.

12.12. La empatía ante el duelo: acompañar sin explicar, estar sin invadir, consolar sin mentir

Pocas situaciones revelan con tanta claridad la verdad y los límites de la empatía como el duelo. Allí el otro no sólo sufre: su mundo ha sido desgarrado. Algo o alguien cuya presencia organizaba de un modo decisivo su vida ya no está, y la realidad entera se vuelve extraña, desproporcionada o interiormente rota. El duelo no es sólo tristeza intensa. Es también desorientación temporal, pérdida de sentido, alteración de la memoria, fragilidad del cuerpo, cambio de escala de las cosas, sensación de irrealidad, culpa, rabia, nostalgia, resentimiento, alivio culpable a veces, agotamiento y una forma muy peculiar de soledad: la de saber que aquello que se ha perdido no puede ser sustituido por nada equivalente. En esta situación, la empatía es indispensable. Pero también aquí se deforma con facilidad. Puede sentimentalizar, invadir, moralizar, pedagogizar o

intentar reparar lo irreparable con palabras que sólo aumentan la soledad del doliente.

Conviene empezar por una verdad fundamental: ante el duelo, la empatía no consiste primero en comprender una teoría del dolor, sino en dejar que el otro comparezca en el desgarramiento singular de su pérdida sin reducirla demasiado rápido a fórmulas generales. El doliente necesita, ante todo, que aquello que ha ocurrido pese realmente en la conciencia de quien lo acompaña. Necesita no ser tratado como alguien que atraviesa simplemente "una etapa" más del vivir, ni como un caso previsible de sufrimiento humano, ni como una persona a la que pronto habrá que devolver a la normalidad funcional. El duelo puede ser universal en cuanto estructura humana, pero siempre es singular en cuanto mundo vivido. La empatía comienza cuando esa singularidad es tomada en serio.

Esto es especialmente importante porque el entorno tiende a defenderse del duelo ajeno simplificándolo. Lo hace por incomodidad, por miedo, por impotencia o por hábitos culturales. Se dice: "el tiempo lo cura todo", "hay que seguir", "estaría mal que te vieras así", "él o ella querría verte bien", "todo pasa por algo", "al menos ya no sufre", "eres fuerte", "debes pensar en los que quedan", "todavía tienes mucho por delante". Algunas de estas frases pueden contener una verdad parcial. Pero dichas demasiado pronto o como sustituto de la presencia, suelen operar como mecanismos de cierre. No reciben el duelo; lo administran. La empatía madura resiste justamente esta tentación. No necesita explicar de inmediato, ni consolar a cualquier precio, ni restaurar demasiado rápido un sentido que todavía no puede comparecer sin violencia.

Podría decirse que la primera tarea de la empatía ante el duelo es **no apresurarse a salvar al otro del peso de su pérdida**. Esto no

significa abandonarlo dentro del dolor ni romantizar el sufrimiento. Significa reconocer que hay un tipo de quebranto que no puede ser verdaderamente acompañado si se intenta neutralizar demasiado pronto su verdad. El duelo exige a veces una presencia capaz de soportar la falta de solución. Y ésta es una de las cosas más difíciles para la conciencia humana. Queremos arreglar, orientar, devolver horizonte, ofrecer una interpretación. Pero el dolor del duelo resiste con frecuencia esas operaciones. No porque toda palabra sea inútil, sino porque hay palabras que llegan demasiado pronto y, al llegar demasiado pronto, niegan sin querer la magnitud de lo ocurrido.

La empatía, aquí, debe purificarse de una deformación muy habitual: la de convertir el dolor ajeno en ocasión para la propia necesidad de ser útil. Acompañar un duelo exige aceptar, en una medida dolorosa, que uno no puede hacer desaparecer aquello que hiere. Puede estar, sostener, recordar, cuidar ciertos detalles, ayudar a que el doliente no quede enteramente solo, protegerlo de ciertas brutalidades, ofrecer lenguaje cuando falte y silencio cuando sobre el lenguaje. Pero no puede restituir lo perdido ni cerrar la herida desde fuera. Esta aceptación de la impotencia es decisiva. Sin ella, la empatía se vuelve ansiosa. Quiere producir efectos visibles de alivio. Y esa ansiedad genera, con frecuencia, intervenciones verbales o afectivas que ya no sirven al doliente, sino a la necesidad del acompañante de no sentirse tan impotente.

Hay una diferencia muy importante entre **acompañar** y **resolver**. Frente al duelo, muchas personas sólo saben uno de dos movimientos: o intentan resolver demasiado, o se retiran del todo porque no pueden resolver nada. La empatía madura abre una tercera posibilidad. Permite permanecer sin falsa omnipotencia. Estar sin prometer cierre. Decir, con palabras o con la sola forma de

la presencia: “esto que te pasa no me es ajeno, no quiero reducirlo, no tengo una explicación que lo cancele, pero tampoco quiero dejarte solo dentro de ello”. Ésta es una de las formas más puras de cercanía humana.

También aquí la empatía debe cuidarse de no invadir. El duelo posee ritmos muy propios, a menudo imprevisibles. Hay personas que necesitan hablar mucho y otras que apenas pueden hacerlo. Hay quienes recuerdan compulsivamente y quienes apenas soportan nombrar. Hay duelos llenos de llanto y duelos secos. Hay duelos que se viven con rabia, otros con culpa, otros con una mezcla extraña de alivio y tristeza, otros con embotamiento. No existe una única fenomenología uniforme de la pérdida. La empatía madura no impone una forma correcta de doler. No exige expresión continua, ni silencio digno, ni pronta elaboración, ni cierta secuencia tranquilizadora de etapas. Acompaña el ritmo real, no una teoría previa sobre cómo “debería” transcurrir el dolor.

Esto es crucial porque una gran parte de la violencia social hacia el duelo nace de expectativas normativas sobre su forma y su duración. Se tolera cierta intensidad inicial, pero se espera después una recuperación legible. Se acepta la desorganización por un tiempo, pero luego se mira con impaciencia al que sigue habitado por la pérdida. O, en el extremo contrario, se idealiza una tristeza casi identitaria y se sospecha de quien consigue volver a vivir con relativa amplitud. La empatía verdadera rechaza ambos esquemas. Sabe que el duelo no tiene el mismo peso, la misma duración ni la misma expresión en todos. Y sabe también que vivir no siempre significa olvidar, del mismo modo que seguir muy herido no siempre significa amar más.

Hay aquí una lección profunda. El duelo no sólo duele por lo perdido; también hiere la relación del sujeto con el tiempo. Todo puede volverse extraño: el presente parece irreal, el futuro aparece como traición a la memoria, la rutina se siente obscena, la alegría produce culpa, y el pasado adquiere una densidad casi insoportable. La empatía madura percibe esta alteración temporal. No le pide al doliente, demasiado pronto, que vuelva a habitar el tiempo de los demás como si nada esencial hubiera ocurrido. Lo ayuda más bien a no quedar totalmente expulsado de él. A veces eso significará invitar suavemente a ciertos gestos de vida. Otras, protegerlo de exigencias absurdas de normalidad. Otras, simplemente recordar que puede demorarse sin tener que justificarse todo el tiempo.

Pero esta protección del tiempo del duelo no debe transformarse en una sacralización absoluta del dolor. Éste es otro punto delicado. Hay duelos que comienzan a organizar toda la existencia de manera rígida, no sólo por la fuerza de la pérdida, sino también porque el sujeto queda fijado en cierta forma de relación con ella. La empatía madura no debe confundir fidelidad con fijación. Puede comprender profundamente por qué una persona no quiere todavía moverse, soltar ciertos hábitos, cambiar una habitación, ordenar objetos, volver a ciertos lugares o imaginar un futuro distinto. Pero también puede, cuando corresponde, percibir que algo del duelo ha empezado a volverse prisión y no sólo memoria dolorosa. Esta percepción exige una gran prudencia. Porque intervenir demasiado pronto sería brutal. No intervenir nunca podría convertirse en abandono elegante.

Esto vale especialmente para la culpa. En muchos duelos aparece una culpa persistente: por no haber estado más, por no haber dicho ciertas cosas, por haberse cansado, por haber deseado en algún

momento distancia, por no haber entendido mejor, por haber sobrevivido, por seguir viviendo, incluso por empezar a sentir momentos de paz. La empatía, aquí, no consiste en negar con rapidez esa culpa ni en absolver desde fuera con frases generales. Consiste primero en comprender qué relación guarda con el amor, con la pérdida, con la impotencia y con la necesidad de seguir sintiéndose vinculado a quien ya no está. Sólo a partir de esa comprensión se podrá, quizá, ayudar a distinguir entre culpa real y culpa doliente. Sin esa distinción, el acompañante o minimiza o consolida demasiado pronto algo que necesita todavía ser más hondamente escuchado.

La empatía ante el duelo cumple también una función muy importante respecto de la **memoria**. Muchas personas en duelo no necesitan sólo apoyo frente al dolor, sino también un espacio donde la persona o la realidad perdida no sea borrada demasiado pronto por el deseo del entorno de pasar página. Nombrar al muerto, recordar escenas, recuperar gestos, repetir historias, volver una y otra vez sobre ciertos detalles aparentemente pequeños: todo esto puede ser una manera de seguir sosteniendo una relación viva con lo perdido dentro de la ausencia. La empatía entiende que el doliente no necesita siempre ser distraído de la memoria. A veces necesita precisamente lo contrario: que alguien soporte con él la densidad de recordar.

Aquí la presencia ajena puede hacer un bien inmenso si sabe no apropiarse de la memoria del otro. Porque también el recuerdo puede ser invadido. Hay acompañantes que, en su deseo de estar, empiezan a llenar demasiado pronto el espacio con sus propias interpretaciones, sus propios recuerdos, su necesidad de consolar o de ofrecer significado. La empatía madura sabe que recordar con

otro no es tomar la escena, sino ayudar a que la memoria del doliente pueda desplegarse sin sentirse corregida, administrada o sentimentalmente guiada. La gran delicadeza consiste en acompañar el recuerdo sin colonizarlo.

También debe decirse que no todo duelo se presenta bajo la forma socialmente noble de la pérdida pura. Hay duelos complicados, ambivalentes, vergonzantes: muertes tras relaciones conflictivas, pérdidas ligadas a abusos o ambigüedades, duelos por alguien a quien también se temía o se resentía, pérdidas no reconocidas socialmente, separaciones irreversibles que se viven como muerte, interrupciones de embarazo, exilios, ruinas materiales o simbólicas, pérdidas de capacidades, de salud, de futuro imaginado. La empatía madura se prueba mucho en su capacidad de no jerarquizar demasiado rápido los duelos según una gramática social ya aprobada. Debe poder reconocer la gravedad de una pérdida incluso cuando no viene envuelta en el repertorio fácilmente legitimado del luto. Hay dolores que no saben presentarse bien y, sin embargo, son devastadores.

Ésta es una de las razones por las que la empatía ante el duelo necesita estar vigilada frente a la **parcialidad estética**. Algunas pérdidas generan compasión inmediata; otras desconciertan o incluso provocan distancia moral. Pero el dolor no deja de ser real porque la forma de la relación perdida nos resulte incómoda, ambigua o poco simpática. Una facultad verdaderamente humana debe poder entrar también ahí, al menos lo suficiente como para no reducir esa experiencia a rareza o exageración. No se trata de aplanar todas las pérdidas en una misma medida. Se trata de no negar densidad a aquellas que no se ajustan bien al repertorio de lutos reconocidos.

La empatía ante el duelo tiene además una función muy concreta respecto del cuerpo. Quien ha perdido a alguien o algo central en su vida no sólo piensa distinto; también duerme distinto, respira distinto, se cansa distinto, come distinto, se mueve distinto. Puede olvidar cosas, volverse torpe, embotarse, enfermar, sentir culpa ante momentos de placer, rechazar tareas simples o experimentar una irritabilidad inhabitual. El acompañante sin empatía tiende a moralizar o psicologizar en exceso estas manifestaciones. La empatía madura ve que el cuerpo también está dolido. Esto cambia el tono del cuidado. Permite una ayuda más concreta y menos abstracta.

Ahora bien, comprender todo esto no significa disolver al doliente en su duelo. Ésta es una frontera decisiva. El acompañamiento empático no debe confirmar al otro únicamente como ser herido. Tiene que poder guardar memoria también de su verdad más amplia. No para negarle el dolor, sino para que éste no se vuelva la totalidad de su identidad. A veces la forma más alta de empatía consiste en recordar con suavidad que quien sufre no es sólo su pérdida. Que sigue habiendo en él una posibilidad de vida, de vínculo, de sentido, aunque todavía no pueda sentirla como cercana. Este recordatorio, bien dado, no traiciona la memoria. Puede ayudar a que la fidelidad al perdido no se convierta en fidelidad a la propia desaparición.

Esto exige un tono extremadamente difícil. Si se introduce demasiado pronto, suena a moralina de recuperación. Si se calla siempre, se puede colaborar con una forma de fijación. La prudencia aquí es inseparable de la empatía. No hay regla mecánica. Hay escucha, tiempo, atención al momento, percepción del ritmo singular y renuncia a la ansiedad de “hacer avanzar” el proceso. El doliente no necesita ser empujado hacia la vida como si su dolor

fuera un error a corregir. Tampoco necesita ser confirmado indefinidamente en un espacio donde vivir de nuevo se le vuelva casi una deslealtad. La empatía madura intenta acompañar ese umbral sin convertirlo ni en mandato ni en tabú.

Hay, por último, una enseñanza muy importante sobre la palabra. Ante el duelo, la empatía más alta sabe que a veces el lenguaje debe hacerse más pobre y más verdadero. No necesita producir grandes sentidos. No necesita explicar la pérdida desde marcos religiosos, psicológicos o morales si el otro no los puede habitar todavía. No necesita llenar el vacío con frases bellas. Puede bastarle con nombrar lo obvio de manera humana: “esto es terrible”, “sé que lo amabas”, “entiendo que nada de lo que te diga quite esto”, “estoy aquí”, “no quiero apurarte”, “podemos recordar si quieres”, “podemos callar también”. Esta pobreza verbal no es insuficiencia. Es una de las formas más altas de respeto.

La razón es sencilla. Hay dolores que no necesitan interpretación inmediata, sino una presencia que no huya. Y huir no es sólo irse. También es tapar con palabras, con técnicas de consuelo, con pedagogías del duelo o con urgencias de normalización. La empatía madura no huye así. Se queda. No sabe siempre qué decir, y precisamente por eso a veces puede decir mejor.

Podría decirse, entonces, que la gran tarea de la empatía ante el duelo es hacer posible una compañía que no sustituya la pérdida por explicaciones, que no invada con soluciones, que no exija una forma correcta de dolor y que, al mismo tiempo, no abandone al doliente a una soledad donde su herida quede sin testigo y sin amparo. Ésta es una de las formas más puras de humanidad: estar al lado de una ausencia que no puede ser reparada y, sin embargo, no dejar que

quien la padece tenga que cargar enteramente solo con el peso de seguir viviendo.

La formulación más rigurosa sería ésta:

Ante el duelo, la empatía alcanza su forma madura cuando permite acompañar la pérdida sin apresurarse a explicarla, aliviarla o normalizarla, respetando el ritmo singular del dolor y sosteniendo al doliente de tal modo que su herida sea reconocida sin convertirla en identidad total ni suprimir por ello la posibilidad futura de volver a vivir.

Ésta es una de las pruebas más altas de la facultad. Porque allí donde nada puede ser arreglado del todo, la empatía deja de poder apoyarse en la promesa de eficacia y revela su verdad más desnuda: no salvar de la pérdida, sino impedir que el dolor de perder tenga que habitarse sin presencia, sin lenguaje suficiente y sin la dignidad de ser tomado en serio.

12.13. La empatía en el perdón: comprender la falta sin negar la herida, abrir una posibilidad sin abolir la justicia

El perdón es uno de los lugares donde la empatía resulta más malentendida. A veces se la invoca como si fuera el camino directo hacia el perdón: comprender de verdad al otro parecería bastar para dejar atrás la ofensa. Otras veces se la mira con sospecha, como si toda comprensión del ofensor implicara ya una traición a la víctima o un debilitamiento de la gravedad del daño. Ambas posiciones son insuficientes. El perdón no se reduce a empatía, pero la empatía puede cumplir en él una función decisiva. No para obligarlo, no para anticiparlo, no para sentimentalizarlo, sino para impedir que la ofensa congele para siempre al otro en la figura única del daño que ha causado.

Conviene comenzar por una distinción fundamental: perdonar no es comprender solamente, pero tampoco puede llegar a ser plenamente humano si renuncia por completo a toda comprensión. Esto debe decirse con cuidado. Hay casos en que la herida es tan reciente, tan profunda o tan devastadora que exigir comprensión del ofensor sería una violencia moral añadida sobre quien ha sufrido. La víctima no tiene la obligación inmediata de entrar en el mundo interior de quien la hirió. A veces su primera tarea es otra: sobrevivir al daño, salir de la confusión, restituir límites, recuperar lenguaje, reconocer con claridad lo que ocurrió y proteger su propia integridad. En ese momento, la empatía hacia el ofensor puede no ser todavía posible ni justa. Esto debe quedar firmemente establecido.

Pero de ahí no se sigue que el perdón, cuando llega a ser posible, pueda prescindir siempre de toda complejidad sobre el otro. Porque perdonar no es sólo cancelar una deuda emocional ni decidir voluntaristamente no sentir ya rencor. En su sentido más alto, el perdón implica una transformación de la mirada: el otro deja de quedar fijado enteramente como pura fuente de daño. No deja por eso de ser responsable. No se borra el acto. No se declara inocente lo que fue injusto. Lo que cambia es otra cosa: la ofensa ya no absorbe ontológicamente al ofensor. Y esa transformación suele requerir, en alguna medida, una empatía capaz de volver a verlo como alguien más amplio que su falta.

Ésta es una tesis delicada, pero central. El perdón, cuando es auténtico, no consiste en olvidar el mal ni en restarle importancia, sino en negarse a seguir leyendo al otro exclusivamente a través del mal que hizo. Ahora bien, esa negativa no brota normalmente del puro deber abstracto. Brota de una percepción más rica: se empieza

a ver cómo esa acción pudo emerger de miedo, de fragilidad, de ceguera, de resentimiento, de cobardía, de historia rota, de miseria moral, de torpeza afectiva o de una mezcla de varias cosas. Nada de esto excusa. Pero puede volver posible una relación distinta con la falta. La empatía, en este punto, no absuelve. Descongela.

Esto es importante porque una de las formas más comunes de negarse a la posibilidad del perdón consiste en sostener, a veces con razón defensiva, que comprender al ofensor sería ya disminuir la gravedad del daño. Pero no siempre es así. Una cosa es decir "como ahora entiendo por qué lo hiciste, entonces en el fondo no fue tan grave". Otra, muy distinta, es decir "veo mejor desde qué miseria fue posible esto, y precisamente por eso puedo empezar a no identificarte sin resto con ese acto". La primera posición traiciona la herida. La segunda puede abrir una posibilidad moral más alta. La empatía no obliga a recorrerla. Pero puede hacerla visible.

Hay aquí una diferencia esencial entre **comprender la falta** y **negar la falta**. La empatía madura en el ámbito del perdón hace lo primero y resiste lo segundo. Se interesa por la historia interior del acto no para reducirlo a fatalidad, sino para impedir que la respuesta moral quede atrapada para siempre en la lógica plana del "me hiciste esto, por tanto tú eres esto". Esta reducción puede resultar emocionalmente comprensible y, durante un tiempo, incluso protectora. Pero si se vuelve definitiva, inmoviliza tanto a quien fue herido como a quien hirió. El perdón, cuando aparece, rompe precisamente esa inmovilidad. No borra la herida. Desbloquea el futuro.

Ahora bien, aquí se impone una advertencia decisiva: la empatía no puede ser usada para **presionar al perdón**. Éste es uno de los grandes abusos morales que se cometen en su nombre. Se invita a

la víctima a ponerse en el lugar del ofensor, a comprender su historia, su trauma, su miedo, sus carencias, su dolor. Y todo eso puede ser real. Pero convertido en exigencia prematura, funciona como forma sutil de violencia. Porque desplaza demasiado pronto el centro desde la verdad de la herida hacia la humanidad del ofensor. Y ese desplazamiento puede dejar a quien sufrió la falta moralmente desautorizado en su necesidad de tiempo, de enojo, de distancia o incluso de no poder perdonar todavía. La empatía, aquí, no debe convertirse en mandato. Tiene que respetar la temporalidad de la herida.

Este punto es esencial. No toda verdad moral es inmediatamente habitable. Puede ser cierto que, en última instancia, el perdón más alto implicará volver a ver al otro más allá de su falta. Pero la conciencia dañada no está siempre en condiciones de hacerlo sin quebrarse de otro modo. La empatía madura reconoce también esta verdad: que a veces la primera fidelidad ética consiste no en comprender al ofensor, sino en no traicionar el propio dolor sometiéndolo a una exigencia de grandeza prematura. El perdón no puede ser impuesto en nombre de la superioridad moral de quien "sí comprende". Cuando eso ocurre, deja de ser don o camino interior y se vuelve disciplinamiento afectivo.

Esto permite introducir una distinción de gran alcance: el perdón no es idéntico a la **reconciliación**. Se puede perdonar sin restablecer el vínculo, sin volver a confiar, sin reabrir la intimidad, sin retirar límites, sin asumir que la relación puede recomenzar como antes. Y precisamente aquí la empatía necesita estar muy bien ordenada. Porque comprender al otro puede abrir un horizonte de perdón, pero no decide automáticamente que el vínculo vuelva a ser posible o prudente. Puede haber faltas que, aun comprendidas en su génesis,

revelen una imposibilidad seria de convivencia o una necesidad estructural de distancia. La empatía no debe anular esta claridad. No toda comprensión culmina justamente en restauración relacional.

Hay una tentación muy fuerte de confundir la humanidad del perdón con la obligación de volver a acercarse. Pero esta confusión puede ser muy dañina. Una persona puede dejar de querer el mal del ofensor, dejar de necesitar fijarlo para siempre en su peor acto, incluso llegar a comprender algo muy hondo de la miseria desde la que dañó, y sin embargo mantener con plena legitimidad una decisión de no reanudar cierta confianza, de no exponerse de nuevo, de no restituir el lugar que antes ocupaba. La empatía no contradice esta decisión. Puede volverla menos vengativa y más lúcida. Nada más y nada menos.

Esto se ve con nitidez en las faltas repetidas. Cuando alguien daña una y otra vez desde el mismo patrón, el perdón no puede convertirse en una maquinaria de absorción continua del daño. La empatía hacia la herida o la historia del ofensor no debe ser usada para justificar una repetición que destruye a quien perdona. Ésta es una de las deformaciones más frecuentes del discurso moral sobre el perdón: convertir la comprensión del otro en deber de exponerse indefinidamente a su desorden. Pero el verdadero perdón no exige autoabandono. Puede coexistir con una firmeza extrema en el límite. De hecho, a veces sólo hay perdón humano allí donde la distancia impide que la compasión se vuelva complicidad.

También conviene distinguir entre el perdón como acto interior y el perdón como palabra pronunciada. No siempre coinciden. Hay personas que, internamente, comienzan a salir del odio, del rencor compacto o de la necesidad de fijar al otro en su mal, pero todavía

no pueden o no deben decir “te perdono”. Otras lo dicen demasiado pronto, quizá por presión moral o por deseo de paz superficial, y ese perdón verbal encubre una herida todavía no atravesada. La empatía consigo mismo y hacia el otro es aquí muy importante. Ayuda a no teatralizar el perdón, a no convertirlo en un gesto de superioridad moral ni en un atajo para salir rápido del conflicto. El perdón auténtico tiene un ritmo. No se deja forzar del todo desde fuera.

La empatía también juega un papel crucial respecto del **enojo**. Una moral superficial tiende a oponer perdón y enojo como si este último fuera simple residuo de inmadurez o dureza. Pero no todo enojo es lo contrario del perdón. Hay enojos que forman parte de la fidelidad a la gravedad del daño. La empatía madura no exige extirparlos de inmediato. Lo que sí intenta impedir es que el enojo se rigidifique hasta volverse identidad total de la relación con el otro. El camino hacia el perdón, cuando existe, no pasa siempre por negar la ira, sino por dejar que esa ira sea comprendida y, poco a poco, transformada sin perder la verdad que contenía sobre la injusticia sufrida.

Esto es importante porque algunas formas de perdón aparentan grandeza, pero en realidad están edificadas sobre una negación prematura del daño. Se perdona “demasiado bien”, demasiado rápido, demasiado limpiamente, y esa limpieza puede revelar no una victoria moral, sino una falta de contacto con lo que realmente se perdió o se quebró. La empatía verdadera, incluso hacia uno mismo, desconfía de esa rapidez. Sabe que a veces el alma necesita pasar por zonas de oscuridad, ambivalencia, rabia o desconcierto antes de que el perdón, si llega, adquiera profundidad real.

También en el perdón hay un uso espurio de la empatía que conviene denunciar: el de quien, habiendo dañado, intenta imponer su propia historia interior como vía obligada para ser perdonado. “Tienes que

entender cómo estaba", "deberías ver de dónde vino", "si realmente me conocieras, sabrías que no soy eso", "lo hice por mi trauma, por mi miedo, por mi dolor". Todo esto puede contener elementos verdaderos. Pero cuando se lo usa como exigencia sobre el otro, la empatía se convierte en presión manipuladora. El ofensor intenta administrar el proceso del perdón desde su propia necesidad de ser comprendido. Y eso invierte el orden moral del camino. La comprensión, si llega, debe ser libre. No puede ser arrancada a la víctima como prueba de su altura ética.

Esto obliga a afirmar una tesis importante: el perdón no nace del deber de entenderlo todo, sino de una libertad que, habiendo visto lo suficiente, decide ya no quedar enteramente gobernada por la falta del otro. La empatía puede contribuir mucho a ese "haber visto lo suficiente". Pero no sustituye la decisión ni la disponibilidad interior. Tampoco la vuelve necesaria en todos los casos. Puede haber heridas donde el perdón no llega, al menos no en una forma reconocible, y donde lo moralmente decisivo sea más bien no dejar que el odio destruya a quien ha sido herido. La empatía puede servir también a esto: no a perdonar plenamente, quizá, sino a dejar de vivir bajo la imaginación totalizante del enemigo.

En este sentido, la empatía en el perdón tiene una función de **descongelamiento moral**. Ayuda a romper la identificación sin resto entre el otro y su falta. Y esa ruptura puede adoptar muchos grados. Puede culminar en reconciliación, en perdón explícito, en renuncia a la venganza, en distancia sin odio, en memoria sin necesidad de aniquilación interior del otro. No siempre tomará la forma más plena. Pero incluso en sus formas parciales, esa ruptura ya es un bien moral inmenso. Porque impide que la injusticia sufrida siga organizando enteramente la conciencia de quien la sufrió.

Debe decirse también que, en ciertos casos, la empatía puede ayudar no sólo a comprender la miseria del ofensor, sino a ver la **miseria compartida de la condición humana**. No en el sentido de que todos seamos igualmente culpables ni de que toda responsabilidad se vuelva simétrica, sino en el sentido más profundo de que nadie está enteramente a salvo de volverse capaz, bajo ciertas configuraciones, de dañar más de lo que imaginaba. Esta conciencia no relativiza la culpa concreta. Pero puede desinflar el orgullo moral del que perdona. Y el perdón, cuando es grande, suele necesitar también esta humildad: no la humildad servil que renuncia a nombrar la falta, sino la humildad de saber que la línea entre quien hiere y quien es herido no siempre coincide con una diferencia absoluta de pureza.

Ahora bien, esta humildad no debe ser impuesta desde fuera. Sólo tiene valor cuando nace de una elaboración real de la herida. Predicarla a quien acaba de ser dañado suele ser una forma refinada de insensibilidad. La empatía madura sabe esperar incluso a esta verdad más honda. No la utiliza para apresurar la reconciliación. La deja comparecer, si comparece, en su momento. Hay formas de sabiduría que sólo pueden ser fruto del duelo de la propia herida, no exigencia añadida sobre ella.

Podría decirse, entonces, que la gran tarea de la empatía en el perdón es abrir una posibilidad de mirada en la que el otro pueda volver a comparecer como alguien más amplio que el mal cometido, sin que ese ensanchamiento exija negar, minimizar o olvidar la gravedad del daño. Allí el perdón deja de ser una sentimentalización del mal y se convierte en una libertad difícil: la de no seguir dejando que la falta del otro agote todo su ser ni todo mi vínculo con la realidad.

La formulación más rigurosa sería ésta:

En el perdón, la empatía alcanza su forma madura cuando permite comprender la historia interior, la miseria o la ceguera desde las que fue posible la falta, sin que esa comprensión niegue la herida ni presione a una reconciliación prematura, haciendo posible que el ofensor deje de quedar fijado totalmente a su acto sin abolir por ello la verdad, la responsabilidad ni el límite.

Ésta es una de las tareas más delicadas de la vida moral. Porque exige una combinación extraordinaria de fidelidad a la herida, lucidez sobre el otro, renuncia a la venganza, respeto por el propio ritmo y resistencia a la simplificación. Allí la empatía muestra una de sus funciones más altas: no absolver el mal, sino impedir que el mal tenga la última palabra sobre la totalidad de lo humano.

12.14. La empatía entre generaciones: escuchar sin idealizar, transmitir sin despreciar

Pocas relaciones muestran con tanta claridad la necesidad y la dificultad de la empatía como las relaciones entre generaciones. Allí no sólo se encuentran personas distintas, sino también ritmos históricos, lenguajes afectivos, experiencias de mundo, umbrales de fragilidad, imaginarios de autoridad, modos de sufrir y de esperar que no coinciden fácilmente entre sí. Un joven no habita el tiempo como un adulto mayor; un anciano no recibe una pérdida del mismo modo que alguien que apenas empieza a construir su vida; una generación formada en la escasez no lee igual el miedo que otra criada en la sobreexposición; quienes crecieron en culturas más jerárquicas no entienden del mismo modo la vulnerabilidad, la libertad, la intimidad o la legitimidad del malestar que quienes crecieron en culturas más expresivas o psicologizadas. Todo esto

hace que la relación intergeneracional esté constantemente amenazada por dos deformaciones simétricas: la condescendencia y el desprecio. La empatía, aquí, no elimina la diferencia. Hace posible que la diferencia no degenere en mutua reducción.

Conviene empezar por una verdad básica: las generaciones no sólo piensan distinto; **viven distinto el peso del mundo**. Esto parece obvio y, sin embargo, suele ser tratado con enorme superficialidad. Muy a menudo, cada generación se percibe a sí misma como la medida suficiente de lo humano y lee a la otra desde una mezcla de sorpresa, irritación y superioridad. Los mayores ven a los jóvenes como frágiles, impacientes, narcisistas, incapaces de soportar frustración o demasiado necesitados de validación. Los jóvenes ven a los mayores como rígidos, emocionalmente torpes, cerrados al cambio, poco conscientes del daño relacional que producen o incapaces de reconocer formas de sufrimiento que no se ajustan a su escala antigua de gravedad. Ambas percepciones pueden contener verdades parciales. El problema empieza cuando esa parcialidad se convierte en totalidad explicativa. Entonces ya no hay encuentro intergeneracional; hay caricaturas recíprocas.

La empatía cumple aquí una primera función decisiva: impedir que la diferencia generacional sea leída demasiado rápido como inferioridad moral. Que el otro sienta distinto no significa automáticamente que sienta peor. Que nombre de otra manera su malestar no significa que ese malestar sea ficticio. Que soporte ciertas cosas que yo no soportaría no lo vuelve más íntegro por principio. Que no soporte ciertas cosas que yo soporté tampoco lo vuelve automáticamente degenerado o infantil. La empatía no obliga a renunciar al juicio sobre una época o sobre ciertas deformaciones culturales. Pero exige que ese juicio no recaiga sobre imágenes

demasiado pobres de quienes viven dentro de esas configuraciones históricas.

Esto es particularmente importante porque las generaciones no se relacionan sólo a través de ideas. Se relacionan a través de **afectos ya cargados de evaluación**. Los mayores suelen sentir que los jóvenes no valoran suficientemente lo recibido, no reconocen el esfuerzo acumulado, no soportan el peso de la realidad, no entienden lo que costó construir ciertas condiciones. Los jóvenes, por su parte, suelen sentir que los mayores desprecian demasiado rápido sus formas de sufrimiento, minimizan sus inseguridades, moralizan su vulnerabilidad o quieren imponerles marcos de vida que ya no son habitables de la misma manera. Estas percepciones producen resentimientos de base muy profundos. Y cuando no son tratadas con suficiente empatía, degeneran en una especie de guerra de legitimidades: cada generación se considera más real, más fuerte o más lúcida que la otra.

La empatía madura no resuelve automáticamente ese conflicto, pero sí cambia su tono. Permite, por ejemplo, que el adulto mayor intente comprender que ciertas fragilidades contemporáneas no nacen sólo de debilidad subjetiva, sino también de formas nuevas de exposición, de precariedad, de comparación continua, de desanclaje simbólico, de aceleración temporal y de presión identitaria que él no tuvo que experimentar del mismo modo. Y permite que el joven intente comprender que ciertas rigideces o silencios afectivos de los mayores no son sólo mala voluntad o ceguera moral, sino que nacen también de una formación donde la expresión emocional, la autoconciencia psicológica o la crítica a ciertas formas de autoridad no contaban con el mismo lenguaje ni

con la misma legitimidad que hoy. Nada de esto absuelve automáticamente a nadie. Pero vuelve más difícil la simplificación.

Hay aquí una cuestión crucial. La empatía entre generaciones no debe confundirse con una especie de celebración indiscriminada de toda diferencia histórica. No se trata de decir que cada generación "es como es" y que cualquier forma de vida merece igual aprobación por venir de un contexto determinado. Eso sería renunciar demasiado pronto al discernimiento. Hay formas de dureza heredadas que deben ser criticadas. Hay formas de fragilidad culturalmente reforzadas que deben ser corregidas. Hay estilos de autoridad que humillan y estilos de sensibilidad que debilitan. La empatía no borra estas evaluaciones. Lo que hace es impedir que la crítica se vuelva perezosa. Obliga a entender mejor qué tipo de mundo ha hecho posibles ciertas configuraciones, para poder juzgarlas con más verdad y menos superioridad abstracta.

Esto se ve con especial claridad en la relación con el sufrimiento. Muchas personas mayores miran ciertos malestares contemporáneos —ansiedad, necesidad de validación, dificultad para sostener vínculos largos, inseguridad frente al futuro, fragilidad ante la crítica, agotamiento psíquico— y los leen demasiado rápido como prueba de un deterioro moral general. Lo hacen, muchas veces, comparándolos con dolores "más reales" o con formas de adversidad más duras que ellos sí atravesaron. Pero esta comparación, aunque a veces contenga algo de verdad, se vuelve torpe cuando transforma toda diferencia en jerarquía moral inmediata. La empatía exige otra cosa: reconocer que los sufrimientos no son comparables sólo por intensidad exterior, sino también por la forma de mundo en la que se producen. No todo dolor

actual es superficial por no parecerse al antiguo. No toda herida nueva es un simple lujo subjetivo de sociedades blandas.

Ahora bien, también es verdad lo contrario. Los jóvenes pueden mirar ciertos silencios, resistencias o límites afectivos de los mayores y leerlos enteramente desde categorías psicológicas contemporáneas, como si toda reserva fuera trauma no elaborado, toda autoridad fuera violencia internalizada y toda dificultad para verbalizar estados internos fuera signo de represión dañina. Pero esta lectura puede ser igualmente simplificadora. Porque no toda sobriedad es mutilación afectiva. No todo pudor es patología. No toda dificultad para explicitar el dolor es incapacidad moral. La empatía hacia los mayores exige reconocer que hay formas de dignidad, de fortaleza y de reserva que no caben del todo en la gramática emocional dominante y que, sin embargo, no por eso son menos humanas.

Por eso la relación intergeneracional necesita una empatía capaz de **traducir sin colonizar**. Traducir significa intentar comprender el lenguaje del otro, el peso singular que ciertas palabras, ciertos silencios, ciertos gestos o ciertas omisiones tienen en su mundo. Colonizar significa obligarlo a comparecer sólo dentro de mi propio repertorio de legibilidad moral. El joven coloniza cuando exige al mayor que nombre y ordene su vida interior exactamente según categorías contemporáneas. El mayor coloniza cuando exige al joven que sólo considere “real” aquello que él mismo reconocería como grave, valioso o digno. La empatía rompe esta doble violencia. No impide que uno intente enseñar algo al otro. Impide que la enseñanza se convierta en reducción total.

Esto es especialmente fecundo en el terreno de la autoridad y de la transmisión. Una generación mayor tiene, muchas veces, algo real

que transmitir: experiencia, paciencia histórica, memoria de pérdidas, conciencia del límite, resistencia al capricho del instante, sentido de continuidad, saberes prácticos, formas de sostén no teatrales. Pero esa transmisión fracasa cuando se formula sólo desde el desprecio de las formas nuevas de vulnerabilidad. Se vuelve sermón. Deja de educar y empieza a humillar. La empatía puede salvar esa transmisión. No rebaja lo transmitido. Lo hace más recibible, porque obliga al mayor a pensar desde qué mundo oye hoy el joven una exigencia, una advertencia o una crítica.

Del mismo modo, una generación joven puede tener algo muy valioso que revelar a los mayores: sensibilidad hacia daños relacionales antes normalizados, atención a la interioridad, crítica de humillaciones antiguas, conciencia de desigualdades no nombradas, rechazo a ciertas brutalidades legitimadas por la costumbre, necesidad de una palabra más cuidada y de vínculos menos ciegos al mundo afectivo. Pero esta revelación fracasa cuando se expresa sólo como superioridad moral instantánea o como desprecio del pasado. Entonces deja de ser corrección histórica y se vuelve acusación simplificadora. La empatía, aquí, le permite al joven comprender mejor que aquello que hoy nombra con facilidad no siempre era disponible como lenguaje para quienes fueron formados en otro horizonte. No por ello deja de decirlo. Pero puede decirlo con menos soberbia retrospectiva.

Hay un punto particularmente delicado en la relación entre generaciones: la **velocidad del cambio moral**. Cada generación suele vivir de manera distinta la rapidez con que cambian ciertas sensibilidades, normas y lenguajes. Los más jóvenes pueden sentir como obvio lo que a los mayores les exige una revisión muy grande de categorías encarnadas durante décadas. Los mayores, por su

parte, pueden vivir esa velocidad como agresión, como pérdida de suelo o como juicio permanente sobre su modo previo de estar en el mundo. La empatía intergeneracional madura ayuda a reconocer este desfase temporal. No lo sacraliza. No dice que, porque algo cueste, deba dejar de cambiar. Pero impide que toda resistencia al cambio sea leída inmediatamente como pura mala fe, y que todo impulso de cambio sea leído inmediatamente como puro extravío.

Esto tiene una consecuencia muy importante para la conversación entre generaciones. Una conversación verdaderamente fecunda no puede organizarse ni sobre la premisa de que el pasado debe obedecer enteramente al presente, ni sobre la premisa de que el presente debe rendirse enteramente al pasado. Necesita una estructura más compleja: el pasado debe poder ser juzgado desde verdades que no supo ver del todo, y el presente debe poder ser corregido desde límites y experiencias que no tiene derecho a despreciar. La empatía hace posible esta mutua corrección menos violenta. Sin ella, sólo quedan sermones enfrentados.

La relación entre generaciones muestra además una forma muy fina de injusticia empática: la desigual distribución de **complejidad moral**. Los miembros de una generación suelen ver a los suyos con mucha más riqueza y a la otra generación con muchos menos matices. “Nosotros” aparecemos como mezcla comprensible de esfuerzo, heridas, contradicciones, contextos y posibilidades. “Ellos” aparecen como tipo: los frágiles, los duros, los narcisistas, los insensibles, los blandos, los anticuados. Ésta es una de las patologías más persistentes de la convivencia histórica. Y la empatía se prueba precisamente en la capacidad de resistir esa tipificación rápida.

Esto vale también dentro de las familias, donde el conflicto generacional suele estar cargado de afecto, historia y poder. Padres e hijos, abuelos y nietos, tíos y sobrinos no discuten sólo ideas o estilos de vida. Discuten también reconocimiento, autoridad, memoria, gratitud, culpa, independencia y formas distintas de entender el sufrimiento. Un hijo puede sentir que sus padres no comprenden la estructura actual de su angustia. Un padre puede sentir que su hijo desprecia luchas y sacrificios que hicieron posible su presente. Un abuelo puede sentirse borrado por una cultura que ya no reconoce la forma de dignidad con la que fue criado. Un nieto puede sentir que toda su experiencia es rebajada por comparación con dolores de otra época. La empatía aquí no evita el conflicto. Pero puede impedir que se vuelva una cadena interminable de mutuas invalidaciones.

Hay algo especialmente importante en este ámbito: la necesidad de distinguir entre **escuchar** e **idealizar**. Escuchar a otra generación no significa convertirla automáticamente en fuente privilegiada de verdad. Ni los jóvenes poseen por naturaleza una sensibilidad moral superior, ni los mayores poseen por naturaleza una experiencia que los vuelva más sabios en todo. Idealizar a una generación es otra forma de no comprenderla. Porque la transforma en símbolo. La empatía madura escucha sin convertir al otro en ícono: no hace del mayor una autoridad sacralizada ni del joven una pureza moral inédita. Los recibe como sujetos históricos concretos, con verdades reales y cegueras reales.

Esto resulta particularmente necesario en la cultura contemporánea, que oscila con frecuencia entre la nostalgia y el presentismo. Unas veces se idealiza el pasado como si en él hubiera más carácter, más comunidad, más autoridad y más realidad. Otras

se idealiza el presente como si poseyera por fin una lucidez moral que vuelve obsoletos todos los modos anteriores de vivir. Ambas idealizaciones son intelectualmente pobres. La empatía entre generaciones ayuda a salir de ellas. Permite ver mejor tanto la dureza evitable del pasado como la fragilidad y la confusión del presente, tanto las carencias históricas de ayer como las de hoy. Es una facultad de complejidad, no de propaganda temporal.

Hay además una dimensión muy fecunda de la empatía intergeneracional: la capacidad de reconocer que ciertas verdades sólo comparecen plenamente **en el cruce**. Un joven puede ayudar a un mayor a ver daños o posibilidades que su época dejó fuera. Un mayor puede ayudar a un joven a percibir ingenuidades, olvidos de la finitud o fantasías de autosuficiencia propias del presente. Este intercambio no es mera suma de perspectivas. Es una forma de ensanchamiento mutuo. Pero sólo puede darse cuando ninguno de los dos entra en la conversación ya decidido a usar la diferencia del otro como prueba de su inferioridad. La empatía es, aquí, una condición de fecundidad histórica.

También debe decirse que la relación entre generaciones está profundamente atravesada por el problema del **miedo**. Los mayores temen no ser ya comprendidos, quedar simbólicamente expulsados, ser leídos sólo desde lo que su tiempo tuvo de ciego. Los jóvenes temen ser absorbidos por formas de autoridad que no dejan espacio real a su experiencia, ser devueltos a una escala de valores donde su sufrimiento no cuenta o ser obligados a repetir vidas cuya promesa se ha quebrado. Sin empatía, estos miedos se vuelven agresión mutua. Con ella, pueden nombrarse mejor y quizás perder algo de su violencia. No desaparecen, pero dejan de operar sólo desde abajo.

Hay una prueba muy concreta de madurez empática en este ámbito: la capacidad de **corregir sin ridiculizar**. El mayor corrige mal cuando interpreta toda novedad como debilidad y toda sensibilidad nueva como moda vacía. El joven corrige mal cuando trata toda reserva del mayor como atraso moral ya despreciable. La corrección verdaderamente fecunda no renuncia a decir "aquí te falta algo" o "aquí tu mundo ya no ve bien", pero intenta decirlo sin convertir al otro en reliquia o en caricatura del presente. Esto es difícil porque cada generación defiende en parte su propia legitimidad histórica. Pero precisamente por eso la forma de la corrección se vuelve tan decisiva.

También importa la posibilidad de agradecer sin idealizar. La empatía entre generaciones no es sólo crítica comprensiva. Es también capacidad de percibir qué ha hecho posible el otro, incluso cuando no se quiere vivir como él. El joven puede no querer repetir la vida del mayor y, aun así, reconocer su peso, su sacrificio, sus renuncias, su modo de sostener condiciones que hoy parecen dadas. El mayor puede no comprender del todo ciertos lenguajes contemporáneos y, aun así, reconocer que hay en los jóvenes una sensibilidad moral o una vulnerabilidad real que no debe ser despreciada. Este agradecimiento recíproco no elimina el conflicto generacional, pero le quita una parte de su resentimiento.

Podría decirse, entonces, que la gran tarea de la empatía entre generaciones es permitir una relación donde la diferencia histórica no sea vivida automáticamente como prueba de fracaso ajeno. Esto no significa relativizarlo todo, ni declarar igualmente buenas todas las formas de vida. Significa algo más difícil: hacer posible crítica, transmisión y corrección recíproca sin que ninguna generación

tenga que negar por completo la humanidad compleja de la otra para sostener la legitimidad de la propia.

La formulación más rigurosa sería ésta:

Entre generaciones, la empatía alcanza su forma madura cuando permite comprender la estructura histórica y afectiva desde la que cada una vive el sufrimiento, la autoridad, la libertad y el cambio, sin convertir esa comprensión ni en idealización complaciente ni en renuncia a la crítica, haciendo posible una transmisión y una corrección mutuas sin desprecio ni condescendencia.

Ésta es una de las tareas más urgentes del presente. Porque una sociedad que pierde la capacidad de empatizar entre generaciones deja de transmitir bien y deja también de reformarse bien. Los mayores corrigen sin entender y los jóvenes rechazan sin comprender. La tradición se vuelve peso ciego y la novedad, arrogancia vacía. Sólo una empatía sobria puede impedir esta doble ruina y abrir un espacio donde el pasado no sea mero lastre ni el presente mera superioridad moral, sino ocasión real de aprendizaje compartido.

12.15. La empatía en la conversación: escuchar una conciencia sin confundir comprensión con acuerdo

Hay un lugar más discreto que la amistad o el amor, menos dramático que el duelo o el conflicto grave, menos institucional que la justicia y menos estructurado que la educación, pero igualmente decisivo para la vida moral: la conversación. No la charla superficial, sino ese espacio donde dos o más personas intentan decir algo verdadero, comunicar una experiencia, deliberar, disentir, explorar una idea o comprender una situación. Allí la empatía cumple una

función de enorme importancia, porque la conversación puede ser una forma de encuentro o una forma refinada de violencia. Puede abrir al otro o reducirlo. Puede hacer más pensable la verdad o volverla imposible por el modo en que se administra la palabra. Y gran parte de esa diferencia depende de si uno es capaz o no de escuchar una conciencia sin convertirla enseguida en objeto de clasificación, de corrección precipitada o de uso para la propia autoafirmación.

Conviene comenzar por una verdad elemental: no toda escucha es ya escucha empática. Se puede oír a alguien con mucha atención externa y, sin embargo, no haber dejado comparecer su punto de vista como un lugar real desde el que algo se dice. Muchas conversaciones fracasan exactamente ahí. El interlocutor habla, pero el otro ya está preparando su respuesta, ya tradujo lo que oye a una categoría conocida, ya decidió si lo aprobado o lo corregirá, ya lo ubicó en un mapa moral o ideológico, ya percibió dónde puede interrumpir, ya tomó la palabra antes de que termine de comparecer el mundo del otro. La conversación sigue, sí. Pero el encuentro no ha ocurrido. La empatía en la conversación empieza cuando uno renuncia, al menos por un instante, a usar tan rápido la palabra ajena para los propios fines.

Esto exige una disciplina intelectual y afectiva muy precisa. Escuchar no significa quedarse pasivo ni abdicar del juicio. Significa suspender por un momento la soberanía inmediata de la propia interpretación para permitir que el otro termine de configurar el campo desde el que habla. Esta suspensión es difícil porque la conciencia humana tiende a sentir que ya entendió antes de tiempo. Y, en efecto, muchas veces capta algo real. Pero precisamente ahí nace el riesgo: comprender una parte y tratarla como si fuera el todo.

La empatía conversacional no niega la inteligencia del oyente. La vuelve más humilde. Le recuerda que una frase, un argumento, una protesta, una vacilación o una confidencia pertenecen a un mundo interior que todavía no ha terminado de hacerse visible.

Hay una prueba muy concreta de esta humildad: la capacidad de **dejar terminar al otro sin tratar de colonizar su sentido antes de tiempo**. Esto parece menor, pero es una de las formas más raras de respeto intelectual. Porque muchas personas no interrumpen sólo por impaciencia vulgar. Interrumpen porque su necesidad de comprender, corregir, completar o mejorar lo que el otro dice es demasiado grande como para soportar el ritmo ajeno. Y esa necesidad puede estar socialmente revestida de agilidad mental, de brillantez, de lucidez rápida. Pero, moralmente, suele ser una forma de pobreza empática. No sabe habitar el tiempo del otro.

Esto vale también cuando lo que el otro dice nos parece torpe, confuso, conceptualmente débil o afectivamente desordenado. Justamente ahí la empatía se vuelve más necesaria. Porque es muy fácil comprender bien una conciencia que ya habla en un lenguaje cercano al nuestro, con la precisión que nos gusta, con los matices que valoramos y con una economía verbal que nos resulta familiar. Lo difícil es dejar comparecer al que piensa más lentamente, al que se expresa de forma rudimentaria, al que mezcla cosas, al que no tiene aún el lenguaje para lo que quiere decir, al que está atrapado entre intuiciones verdaderas y malas formulaciones. La empatía en la conversación no consiste en idealizar esa dificultad ni en fingir que toda expresión vale igual. Consiste en intentar ver si, debajo de la torpeza, hay algo real que todavía no ha encontrado forma suficiente.

Ésta es una de las funciones más altas de la conversación humana: ayudar a que una experiencia o una idea todavía mal dicha llegue a estar mejor dicha sin que por ello el sujeto sea humillado por no haber sabido decirla desde el principio. La empatía hace posible este tránsito. Sin ella, la corrección se vuelve exhibición de superioridad. Con ella, la corrección puede volverse colaboración con el nacimiento de una palabra más verdadera. En este sentido, la empatía no está en contra de la precisión conceptual. La prepara de una forma menos violenta.

Hay, sin embargo, un peligro muy importante. Escuchar empáticamente una conciencia no debe implicar que toda formulación ajena quede protegida de la crítica. Éste es uno de los errores más frecuentes de la sensibilidad contemporánea: pensar que señalar una incoherencia, pedir mayor precisión, cuestionar una inferencia o no compartir una conclusión sería ya falta de escucha. Pero una conversación verdaderamente seria no puede descansar sólo en la validación recíproca. Necesita también verdad, contraste, clarificación y, a veces, confrontación. La empatía no elimina esta dimensión. Lo que hace es impedir que la crítica recaiga sobre una caricatura del interlocutor o sobre una frase arrancada de su horizonte interior. Escuchar con empatía no es dejar de pensar. Es pensar sin volver invisible al que habla.

Esto se ve de manera especialmente nítida en el desacuerdo intelectual o moral. Una persona expone una convicción, una interpretación o una experiencia política, religiosa, existencial, afectiva o filosófica. El otro no coincide. La tentación inmediata es reducir la posición ajena a un esquema ya conocido: resentimiento, miedo, ideología, ingenuidad, privilegio, trauma, ignorancia, sentimentalismo, rigidez. Algunas veces estos elementos estarán

presentes. El problema es usarlos demasiado pronto como llave total. La empatía en la conversación exige que antes de criticar una posición se intente comprender qué mundo se está organizando en ella: qué experiencia le da plausibilidad, qué miedo intenta ordenar, qué valor intenta proteger, qué herida intenta evitar, qué forma de bien imagina estar defendiendo. Sin esta comprensión, el desacuerdo se vuelve fácilmente una lucha entre etiquetas.

Esto no significa psicologizar siempre la conversación. A veces una idea es falsa por razones propiamente conceptuales y no hace falta explicar todo su subsuelo afectivo para mostrarlo. Pero incluso entonces la empatía cumple una función importante: recuerda que quien sostiene esa idea no es sólo portador de un error, sino alguien para quien esa idea tiene, al menos provisionalmente, un sentido. Y esa conciencia cambia mucho el modo de discutir. Uno ya no habla a una posición vacía; habla a una conciencia comprometida con algo que, desde dentro, le parece significativo. Esta diferencia no suprime el rigor de la crítica. Le quita soberbia.

También hay una forma muy importante de empatía en la conversación que consiste en percibir no sólo lo que el otro dice, sino **cómo le cuesta decirlo**. Hay cosas que salen con facilidad conceptual y otras que llegan cargadas de pudor, de vergüenza, de miedo al ridículo, de temor a no ser entendido o de sensación de estar exponiendo algo todavía muy tierno o muy incierto. La conversación verdaderamente humana percibe estos distintos niveles de riesgo subjetivo. No trata del mismo modo una tesis abstracta y una confesión apenas articulada. No porque la segunda deba quedar exenta de toda verdad, sino porque su modo de comparecer exige otra forma de hospitalidad. La empatía aquí no

elimina la claridad. Ajusta el umbral de intervención a la fragilidad de lo que está naciendo.

Esto es especialmente valioso en conversaciones donde lo que está en juego no es sólo una opinión, sino una experiencia moral o afectiva todavía sin elaborar del todo. Personas que intentan decir por primera vez algo que les ha dolido, algo de lo que se avergüenzan, una contradicción interna, una intuición espiritual, una forma de culpa o una ambivalencia importante. Si el interlocutor responde demasiado rápido con teoría, con consejo, con diagnóstico o con juicio moral, puede destruir la posibilidad misma de la palabra. La empatía madura sabe que no toda verdad debe entrar en el mismo instante con la misma dureza. A veces lo primero que hace falta es dejar que una experiencia exista suficientemente en lenguaje antes de empezar a ordenarla.

Pero, una vez más, esta acogida no debe confundirse con condescendencia. Hay conversaciones donde la empatía se deforma en un clima tan protector que ya nadie puede introducir una distinción fuerte, una objeción o una pregunta verdaderamente exigente. Todo debe ser validado porque ha sido dicho desde un lugar vulnerable. El resultado es un espacio aparentemente muy humano, pero intelectualmente cada vez más débil. La conversación se convierte en un lugar donde las experiencias comparecen, sí, pero no llegan nunca a ser pensadas con rigor. La empatía madura resiste esta deriva. Puede cuidar la forma de la pregunta sin renunciar a preguntar. Puede acompañar sin sentimentalizar el diálogo hasta volverlo incapaz de verdad.

Aquí aparece una función muy alta de la empatía conversacional: hacer posible una **corrección no humillante**. Corregir al otro sin tratarlo como si su error lo definiera. Señalar una contradicción sin

convertirla en prueba de su inferioridad. Mostrar una insuficiencia argumentativa sin aprovecharla para asegurar una posición narcisista de superioridad intelectual. Esto es rarísimo. Y, sin embargo, es una de las grandes condiciones de una conversación fecunda. Mucha gente no teme tanto estar equivocada como quedar moral o intelectualmente degradada por el modo en que su error será recibido. La empatía no debe garantizar que nadie se sienta nunca incómodo. Pero sí puede impedir que la incomodidad del error sea administrada como humillación.

También es importante distinguir entre comprender a alguien y **hacerse cargo de su palabra en lugar de él**. Hay interlocutores muy rápidos que oyen una intuición ajena todavía mal formulada y enseguida la traducen a un lenguaje más sofisticado o más preciso. Esto puede ser útil en ciertos casos. Pero también puede ser una forma de apropiación. El otro ya no llega a decir realmente lo suyo; queda reemplazado por la versión mejorada que alguien más hábil ha producido. La empatía madura sospecha de esta tentación. Sabe que ayudar a pensar no es necesariamente pensar por el otro. A veces lo más respetuoso es dejar que llegue con más lentitud a una palabra imperfecta pero propia, antes que ofrecerle de inmediato una formulación brillante que lo deje atrás a él mismo.

Esto vale también para la conversación pedagógica, terapéutica, filosófica o espiritual. Hay ámbitos donde uno de los interlocutores posee más herramientas conceptuales, más experiencia o mayor claridad. Justamente por eso corre más riesgo de absorber la palabra del otro. La empatía allí exige una forma especial de contención: no usar la propia lucidez para poblar demasiado rápido el espacio aún vacilante de quien intenta hablar. Esta contención no es pasividad. Es renuncia al dominio. Y una de las cosas más

hermosas de la conversación humana ocurre precisamente cuando alguien con más forma ayuda a otro a decir mejor algo suyo sin arrebatárselo.

También la conversación muestra una dimensión importante de la empatía relacionada con el **silencio**. No todo silencio significa lo mismo. Hay silencios de pensamiento, de defensa, de pudor, de incapacidad de seguir, de desacuerdo, de herida, de saturación o de simple pausa fecunda. El interlocutor poco empático lee el silencio sólo desde su propia incomodidad: lo llena enseguida, lo interpreta como rechazo, lo fuerza, lo coloniza o lo castiga. La empatía, en cambio, intenta discernir qué tipo de silencio tiene delante y qué forma de presencia conviene más. A veces habrá que preguntar. Otras, callar también. Otras, aliviar la presión. Otras, volver más tarde. La conversación madura no trata el silencio como obstáculo automático a la circulación de la palabra. Lo reconoce como parte del ritmo de una conciencia.

Hay un punto especialmente importante en esta sección: la relación entre empatía y **verdad compartida**. La conversación no es sólo intercambio de interioridades. Es también búsqueda posible de algo que ninguno posee del todo. La empatía, bien entendida, favorece esta búsqueda porque permite que el otro entre en la escena no como rival a derrotar ni como objeto a interpretar, sino como conciencia desde la que algo del mundo puede aparecer. Incluso cuando su visión sea parcial o errada, puede contener un acceso a algo real que yo todavía no veía. La empatía protege precisamente esa posibilidad de aprendizaje. Sin ella, la conversación se vuelve demasiado rápidamente afirmación del propio punto de vista y gestión defensiva del ajeno.

Esto se vuelve muy importante en discusiones públicas o ideológicas. Allí es frecuente que cada interlocutor o cada grupo escuche al otro sólo hasta el punto suficiente para ubicarlo dentro del repertorio de errores previsto. Ya no se habla realmente con una conciencia, sino con una posición ya clasificada. La empatía conversacional no desarma necesariamente la oposición, pero sí puede impedir que el otro quede reducido a emblema de una tesis enemiga. Hace más difícil la caricatura. Y donde la caricatura se vuelve más difícil, la verdad compartida gana una posibilidad.

No obstante, conviene insistir: comprender el sentido interno de una posición no obliga a concederle validez. Ésta es una frontera crucial. La empatía en la conversación no significa que todo interlocutor tenga "su verdad" en un sentido que haga irrelevante el trabajo crítico. Significa algo más preciso: que la falsedad o la insuficiencia de lo dicho no deben ser establecidas sobre una visión demasiado pobre del sujeto que lo dice. La conversación más alta no es la que elimina la asimetría entre error y verdad, sino la que permite nombrar esa asimetría sin deshumanizar.

Hay una dimensión ética muy profunda en todo esto. Conversar bien exige una cierta renuncia a la **victoria inmediata**. Quien sólo quiere imponerse puede usar la palabra del otro como material para brillar, desarmar, exponer o confirmar la propia agudeza. La empatía se opone a esta lógica no porque desprecie la claridad ni el argumento fuerte, sino porque sabe que una conversación donde sólo importa ganar deja de ser conversación en sentido pleno. Se convierte en un ejercicio de dominación simbólica. El otro habla, sí, pero sólo como ocasión para mi triunfo. La empatía vuelve más costosa esta tentación. No porque haga imposible refutar, sino porque vuelve

moralmente visible lo que significa usar una conciencia ajena sólo como escalón para la propia autoafirmación.

También hay que decir que la empatía en la conversación protege frente a otro mal más discreto: la **indiferencia elegante**. No toda violencia conversacional es agresiva. A veces se manifiesta como escucha correcta, amable, incluso refinada, pero vacía de verdadero interés por lo que el otro intenta poner en juego. Se atiende sin entrar realmente, se asiente sin estar implicado, se responde con fórmulas bien hechas, pero nada de lo que el otro ha dicho altera de verdad el campo interior del oyente. La empatía auténtica, en cambio, deja pasar algo. Permite que la palabra ajena, al menos por un momento, modifique el espacio desde el que uno está pensando. Sin esta disponibilidad, la conversación puede ser educada y estéril.

Podría decirse, entonces, que la gran tarea de la empatía en la conversación es permitir que el otro sea oído no sólo como emisor de contenido, sino como conciencia situada desde la cual algo del mundo está siendo dicho, balbuceado, defendido, ocultado o buscado. Y, al mismo tiempo, impedir que esta consideración se transforme en suspensión de la verdad, de la crítica o de la necesidad de distinguir. La conversación madura necesita ambas cosas a la vez: acogida del sujeto y seriedad del contenido. Si pierde la primera, se vuelve fría o violenta. Si pierde la segunda, se vuelve blanda o vacía.

La formulación más rigurosa sería ésta:

En la conversación, la empatía alcanza su forma madura cuando permite escuchar al otro como conciencia situada y no sólo como fuente de contenido, haciendo posible comprender el mundo desde el que habla sin confundir esa comprensión con

acuerdo, ni renunciar por ello a la verdad, a la crítica y a la precisión del pensamiento compartido.

Ésta es una de las artes morales e intelectuales más finas. Porque conversar bien no es sólo hablar con claridad ni escuchar con paciencia, sino crear un espacio donde el otro pueda comparecer de tal modo que la verdad no tenga que avanzar a costa de su degradación, y donde la crítica no tenga que elegir entre humillar o callar. Allí la empatía deja de ser mera calidez relacional y se convierte en una verdadera disciplina del logos compartido.

12.16. La empatía en la ayuda: asistir sin crear dependencia, ofrecer sin ocupar el centro

Ayudar a otro parece, a primera vista, uno de los contextos donde la empatía tendría un lugar más obvio y menos problemático. ¿Cómo ayudar bien sin intentar comprender lo que el otro vive, necesita o no puede todavía sostener por sí mismo? Y, sin embargo, precisamente porque la ayuda se presenta tan fácilmente como bien evidente, suele ocultar deformaciones morales muy serias. Se puede ayudar invadiendo, ayudarse a uno mismo a través del otro, consolidar dependencias, humillar con la superioridad del que da o usar la necesidad ajena para ocupar un lugar de importancia en el propio mundo. La empatía es indispensable para que la ayuda no se vuelva ciega. Pero ella sola no impide estas corrupciones. También en este ámbito necesita forma.

Conviene empezar por una verdad sencilla: ayudar no es sólo resolver una carencia objetiva, sino entrar en una relación donde una asimetría se ha vuelto visible. Uno puede más, sabe más, tiene más recursos, más claridad o más estabilidad en ese punto concreto; el otro necesita algo que por sí solo no puede darse del todo. Esta asimetría no es mala. De hecho, muchas formas nobles de la vida

humana dependen de ella. El problema surge cuando esa asimetría deja de ser un medio transitorio o parcial al servicio del bien del otro y se convierte en principio de identidad para quien ayuda o en forma estable de sujeción para quien recibe. La empatía madura debe vigilar precisamente esta transformación.

La primera tarea de la empatía en la ayuda consiste en comprender que **ser ayudado no es una experiencia neutra**. Puede implicar alivio, gratitud y descanso, pero también vergüenza, sensación de insuficiencia, pérdida de autonomía, deuda afectiva, temor a decepcionar, dependencia o humillación silenciosa. Quien ayuda sin empatía ve sólo la necesidad objetiva: dinero, tiempo, orientación, escucha, acompañamiento, información, gestión, protección. Pero puede ignorar completamente el mundo vivido del que recibe esa ayuda. Y entonces lo que desde fuera parece bondad puede ser experimentado desde dentro como una exposición dolorosa o como una forma de inferiorización. La empatía vuelve visible ese costo invisible.

Esto no significa que haya que dejar de ayudar para no herir el orgullo ajeno. Significa que la ayuda debe ser ofrecida y administrada de manera tal que no aumente innecesariamente la degradación subjetiva del que necesita. El modo importa mucho. Ayudar puede hacerse con tacto o con ostentación, con discreción o con escena, con respeto o con apropiación. Una misma ayuda material o práctica puede tener texturas morales muy distintas según si deja al otro más dignamente sostenido o más claramente colocado en el lugar de quien debe agradecer desde abajo. La empatía ayuda a percibir esa diferencia.

Hay un criterio especialmente valioso aquí: la buena ayuda no sólo pregunta “¿qué puedo darle?” sino también “¿qué forma de dar

preserva mejor su condición de sujeto?". Ésta es una pregunta exigente, porque obliga a pensar la ayuda más allá de su eficacia inmediata. A veces la respuesta será dar mucho. Otras, dar menos pero de modo que el otro conserve margen de decisión o de apropiación. Otras, no ayudar exactamente como uno querría, sino de una manera más compatible con su dignidad o con su proceso. La empatía no elimina la generosidad. La desegocentra.

Esto es crucial porque una parte de las ayudas moralmente problemáticas nacen no de falta de generosidad, sino de exceso de centralidad del ayudador. Se ayuda como uno necesita ayudar, no como el otro puede recibir sin quedar ocupado. Se da con una forma que confirma el propio papel de sostén, de salvador, de presencia imprescindible, de conciencia superior, de figura moralmente valiosa. El otro importa, sí, pero también importa mucho la escena en la que uno aparece como quien puede. La empatía madura se opone a esta deriva. No convierte la necesidad ajena en teatro de la propia grandeza.

Hay, además, una forma muy importante de corrupción de la ayuda que consiste en **anticiparse demasiado**. Se ve una fragilidad, una torpeza, una carencia o un dolor, y enseguida se interviene, se organiza, se ordena, se resuelve, se responde. A veces eso es necesario. Pero muy a menudo impide algo importante: que el otro pueda todavía nombrar por sí mismo lo que necesita, pedir de la manera que puede, reconocer el alcance de su propia capacidad o incluso fracasar un poco antes de recibir la forma exacta de ayuda que realmente requiere. La empatía madura no confunde sensibilidad con precipitación. Sabe que ayudar demasiado pronto puede ser otra manera de no soportar la vulnerabilidad ajena sin tomarla enseguida bajo control.

Esto vale especialmente en relaciones asimétricas largas, donde uno aprende a detectar muy rápido lo que al otro le pasa. Esa rapidez puede ser valiosa. Pero también puede convertirse en hábito de sustitución. El otro ya no llega a decir, a pedir, a ordenar, a intentar o a medir. El ayudador se adelanta siempre. Y poco a poco la ayuda deja de ser apoyo para convertirse en estructura del vínculo. La empatía bien ordenada resiste esa tentación. Intenta discernir cuándo sostener implica intervenir y cuándo implica dejar todavía un espacio de agencia. No por dureza, sino porque sabe que una ayuda que anula la iniciativa del otro termina debilitándolo.

Ésta es la razón por la que toda ayuda madura debe vigilar la frontera entre **asistencia** y **dependencia**. No toda dependencia es evitable ni toda ayuda puede orientarse inmediatamente a la autonomía. Hay situaciones de enfermedad, pobreza, fragilidad psíquica, duelo, desamparo o desestructuración donde una persona necesita de verdad sostén fuerte y prolongado. Negarlo sería cruel. Pero incluso allí la ayuda debería preguntarse constantemente si está dejando alguna puerta abierta a que el otro recupere, aunque sea mínimamente, una forma de acción o de palabra propia. Cuando esta pregunta desaparece, el ayudador puede quedar instalado en un lugar de centralidad moral del que ya no sabe salir, y el ayudado en una posición donde la necesidad se mezcla con imposibilidad aprendida.

También hay una dimensión muy delicada en la ayuda: la relación con la **gratitud**. Quien recibe algo importante suele sentir que debe agradecer. Y esto es, en sí mismo, humano. El problema aparece cuando la ayuda se da de manera tal que la gratitud deja de ser una respuesta libre y se vuelve clima de deuda permanente. El sujeto ayudado siente entonces que no puede disentir, retirarse, corregir al

ayudador, poner un límite o incluso recuperar distancia sin parecer ingrato. La ayuda se convierte así en una forma de captura blanda. La empatía madura debería impedir exactamente esto. Ayudar bien implica dar de un modo que no convierta la necesidad del otro en obligación silenciosa de lealtad afectiva.

Aquí se ve con claridad por qué la empatía necesita ser acompañada por el respeto. Comprender lo que al otro le falta, lo que teme o lo que necesita no autoriza a colonizar la relación con ese saber. Una ayuda verdaderamente empática deja al otro, incluso en su necesidad, una cierta libertad interior para no tener que pagar la ayuda con sumisión emocional. Ésta es una forma altísima de generosidad: dar de tal manera que el otro no tenga que empequeñecerse para recibir.

Hay además otro peligro muy importante: la **identificación del otro con aquello en lo que necesita ayuda**. Una persona está mal, pierde trabajo, se desorienta, cae en una crisis, necesita dinero, tiempo, escucha, acompañamiento, mediación, y el ayudador empieza a verla casi exclusivamente desde ese punto de carencia. Su identidad queda absorbida por la necesidad. Esto puede parecer compasivo, pero en realidad reduce mucho. La empatía madura resiste esta reducción. Ve la necesidad con toda seriedad, pero no permite que se vuelva la totalidad del sujeto. Ayudar a alguien no es confirmar que es sólo un necesitado. Es sostenerlo desde la convicción de que es más que aquello que ahora no puede.

Esto resulta especialmente importante en ayudas repetidas o prolongadas. Cuando alguien necesita muchas veces, el entorno corre el riesgo de fijarlo como “el que siempre está mal”, “el que siempre necesita”, “el que no sale”, “el que hay que sostener”. Aunque haya mucha compasión, esta fijación empobrece el vínculo

y la mirada. La empatía madura exige una memoria más amplia. Recuerda lo que el otro ha sido, puede ser o sigue siendo más allá de su punto actual de fragilidad. No para negarlo, sino para no colaborar con una identidad reducida por la necesidad.

También la ayuda puede degradarse por la vía del **consejo prematuro**. Se ve el problema del otro y enseguida se ofrecen soluciones, interpretaciones, rutas, decisiones, explicaciones. A veces esto nace de genuino deseo de servir. Pero muchas veces revela una incomodidad ante la impotencia o una dificultad para permanecer en la simple escucha de una necesidad que todavía no está lista para convertirse en plan de acción. La empatía madura sabe que no toda ayuda pasa primero por resolver. A veces consiste en dejar que el otro termine de sentir, pensar o nombrar lo que le ocurre antes de conducirlo hacia una salida. La solución demasiado rápida puede ser otra forma de no haber recibido realmente la experiencia.

Hay aquí una lección importante: ayudar no es siempre aliviar del modo más inmediato. A veces el otro necesita compañía, tiempo, reconocimiento, traducción parcial, sostén concreto, una presencia no ansiosa. Otras veces sí necesita una acción más decidida. La empatía no elimina esta necesidad de discernir. La vuelve menos egocéntrica. En lugar de preguntar “¿qué haría yo aquí?” o “¿qué me haría sentir útil ahora?”, obliga a preguntar “¿qué forma de ayuda corresponde realmente a este sujeto, en este momento, de un modo que le haga bien sin ocuparlo?”. Ésa es una pregunta mucho más alta.

También debe decirse que la ayuda puede deformarse cuando se vuelve **infinita**. Hay ayudadores incapaces de dejar que el otro salga de la escena de necesidad, porque parte de su identidad se ha

organizado alrededor de sostener. O porque temen que, si el otro recupera autonomía, el vínculo pierda intensidad. O porque confunden la continuidad de la ayuda con fidelidad moral. Pero no toda prolongación de la ayuda es buena. A veces hay un momento en que seguir sosteniendo de la misma manera ya no protege, sino que interfiere con la responsabilidad del otro o con la realidad de la situación. La empatía madura tiene que poder percibir también este umbral. Ayudar bien incluye saber retirarse a tiempo o transformar el modo de presencia.

Este punto es difícil porque la retirada puede doler. El otro puede vivirla como abandono. El ayudador, como culpa. Pero precisamente ahí se prueba la calidad moral de la empatía. Si no puede soportar ese dolor cuando la continuidad del mismo tipo de ayuda se ha vuelto desordenada, entonces ya no está sirviendo del todo al bien del otro, sino también a otra economía afectiva. La empatía sobria puede decir: “sé que esto te deja más solo de lo que quisieras, pero no quiero seguir ayudándote de un modo que ya te daña o me impide ayudarte mejor.” Esta frase puede sonar dura. En realidad, puede ser una de las formas más altas de cuidado.

Hay además una forma de ayuda muy relevante en la vida cotidiana que merece atención: la ayuda **no solicitada**. A veces se ve claramente que alguien está sobrepasado, herido, confundido o falto de recursos, y la pregunta es si conviene intervenir. La empatía no ofrece una regla simple. Intervenir puede ser un gran bien o una intrusión. Callar puede ser respeto o abandono. Lo decisivo es discernir si la intervención deja al otro más acompañado o más invadido, más libre o más disminuido, más reconocido o más puesto en evidencia. Una ayuda ofrecida con demasiada visibilidad puede producir vergüenza. Una ayuda demasiado tardía puede dejar una

soledad innecesaria. La empatía ayuda a leer esa frontera, aunque nunca garantice acierto total.

También aquí importa mucho el modo. No es lo mismo ofrecer ayuda de manera abierta y reversible que presentarse ya como quien sabe qué necesita el otro. La primera forma conserva mejor la libertad de quien recibe. La segunda lo coloca de inmediato en una escena donde la negación o la matización de la ayuda parecen ingratas o absurdas. La empatía madura sabe ofrecer sin capturar. Eso exige una gran delicadeza. Porque el ofrecimiento mismo de ayuda puede ya contener una forma de lectura del otro que él no quiere o no puede todavía asumir.

La ayuda muestra, quizá mejor que otros ámbitos, que la empatía bien ordenada no tiene como meta principal sentirse cerca del otro, sino **servir a su bien sin desplazarlo del centro de su propia vida**. Esta fórmula es esencial. Todo lo que la ayuda haga, aunque sea con buena intención, y termine volviendo al otro menos sujeto de su propia historia, debe ser examinado con sospecha. No toda dependencia puede evitarse, desde luego. No toda fragilidad puede traducirse en autonomía. Pero el horizonte de respeto sigue siendo el mismo: no hacer de la necesidad ajena el lugar de instalación del propio poder, de la propia identidad o de una relación donde el otro ya no tenga espacio para volver a ponerse de pie.

La formulación más rigurosa sería ésta:

En la ayuda, la empatía alcanza su forma madura cuando permite reconocer la necesidad y la vulnerabilidad del otro con suficiente profundidad como para no humillarlo ni tratarlo como simple carencia, y con suficiente forma como para asistir sin sustituir, ofrecer sin capturar y sostener sin convertir la ayuda en fuente de dependencia, deuda o centralidad moral del ayudador.

Ésta es una de las pruebas más difíciles de la facultad. Porque ayudar bien no es sólo querer el bien del otro, sino renunciar a múltiples ganancias secundarias que la ayuda puede ofrecer: control, identidad, gratitud, superioridad, indispensabilidad. La empatía verdadera, aquí, no se mide por cuánto se da, sino también por cuánto se renuncia a ocupar del otro mientras se da. Sólo entonces la ayuda deja de ser una prolongación refinada del yo y se convierte en una forma realmente humana de servicio.

12.17. La empatía ante quien piensa mal: comprender el error sin rebajar la verdad

Uno de los terrenos más difíciles para la empatía es aquel en el que el otro no sólo sufre, discrepa o se equivoca parcialmente, sino que piensa mal de un modo que nos parece grave, peligroso o moralmente deformado. Aquí la tentación de simplificar es fortísima. Si el otro sostiene una idea injusta, una interpretación torcida, un juicio cruel o una visión degradante de la realidad, parece casi indecente preguntarse demasiado rápido por su mundo interior. Como si toda tentativa de comprensión fuese ya una forma de concesión. Y, sin embargo, precisamente aquí la empatía tiene una función intelectual y moral decisiva. No para disminuir la gravedad del error, sino para impedir que la respuesta a ese error nazca de una visión demasiado pobre de quien lo sostiene.

Conviene empezar con una distinción central. Comprender por qué alguien piensa mal no es lo mismo que considerar razonable lo que piensa. Tampoco equivale a poner en suspenso el juicio crítico o a rebajar el deber de oponerse. Lo que la empatía hace en este ámbito es otra cosa: intenta ver qué experiencias, miedos, pérdidas, humillaciones, lealtades, ignorancias, hábitos de pensamiento o incentivos han vuelto internamente plausible una idea que, desde

fuera, puede parecer sólo monstruosa o absurda. Este trabajo no absolverá necesariamente a nadie. Pero puede volver la crítica más verdadera, menos narcisista y, en algunos casos, más eficaz.

Porque una de las grandes debilidades del rechazo puramente indignado es que suele entender poco aquello que combate. Se contenta con la evidencia moral de la falsedad o de la injusticia y cree que eso basta para enfrentarlas bien. Pero rara vez basta. Hay ideas malas que persisten no porque nadie haya mostrado que son malas, sino porque siguen respondiendo a necesidades humanas reales, aunque sea de forma deformada: necesidad de pertenencia, de orden, de explicación, de superioridad, de descarga de frustración, de identidad, de causalidad simple o de canalización del miedo. La empatía no debe dejar de llamar malo a lo malo. Pero sí puede ayudar a ver qué seduce, qué consuela o qué organiza en lo que es malo. Y ese ver cambia mucho la calidad de la respuesta.

Esto vale tanto en el plano político como en el moral o intelectual. Hay prejuicios, fanatismos, adhesiones ciegas, resentimientos colectivos, teorías conspirativas, simplificaciones ideológicas y desprecios sociales que no nacen sólo de perversidad abstracta. Nacen también de formas de desorientación, de pérdida de mundo, de humillación simbólica, de incertidumbre crónica o de deseo desesperado de encontrar una gramática simple del caos. Señalar esto no dignifica el error. Pero sí permite comprender por qué no basta oponerse a él desde la superioridad de quien ya no necesita aquello que el error, deformadamente, estaba ofreciendo.

Aquí aparece una función muy importante de la empatía: impedir que el crítico se enamore demasiado de su propia lucidez. Cuando alguien piensa mal, es tentador situarse frente a él desde una comodidad moral total. Él aparece como síntoma, atraso, maldad,

ignorancia, y uno como conciencia clara que no necesita examinar demasiado nada más. Esta posición produce una forma de goce moral muy fuerte. Pero también empobrece. Porque convierte al otro en un mal ejemplo útil para la autoafirmación del que lo denuncia. La empatía corrige esta complacencia. Obliga a recordar que incluso la conciencia deformada es conciencia de alguien, no simple material para la confirmación de mi rectitud.

Esto no significa que haya que psicologizar siempre el error. A veces una tesis debe ser refutada en el plano de sus razones y punto. Pero incluso entonces sigue siendo valioso preguntarse cómo esa tesis se volvió plausible para esa persona o ese grupo. No para desplazar la crítica desde el contenido hacia la biografía, sino para impedir que el pensamiento del otro sea tratado como si no tuviera ninguna función en su mundo. Hay ideas falsas que son, a la vez, respuestas torcidas a preguntas reales. Ver esto no disminuye la falsedad. Le devuelve espesor humano.

Hay además un beneficio moral importante en esta actitud: protege contra el odio simplificador. Quien sólo ve error o maldad termina fácilmente deseando la aniquilación simbólica del que yerra. Le basta con exhibirlo, ridiculizarlo, desacreditarlo, expulsarlo del campo de la respetabilidad. A veces ciertas conductas o discursos deberán ser limitados o combatidos con gran firmeza. Pero incluso entonces la empatía puede impedir que la oposición se alimente de una necesidad de degradación total de la persona. Puede sostener algo muy exigente: “esto que dices o haces es grave, y precisamente por eso quiero entender qué mundo lo hace posible para no combatir sólo su superficie.” Ésta es una forma más alta de rigor.

También hay que decir lo contrario con igual firmeza: la empatía hacia quien piensa mal no debe convertirse en fascinación

comprensiva que ya no se atreve a llamar a las cosas por su nombre. Existe un estilo intelectual que se siente superior precisamente porque “entiende la complejidad” de las posiciones más dañinas y, en nombre de esa complejidad, va perdiendo poco a poco la nitidez moral del juicio. El error se vuelve tan contextualizado, tan históricamente situado, tan psicologizado y tan fenomenológicamente comprendido que casi ya no puede ser condenado con claridad. Ésta es otra deformación, y muy seria. Comprender por qué algo se vuelve posible no equivale a dejar de decir que no debe volverse aceptable.

La empatía madura, por tanto, debe sostener una doble fidelidad: a la complejidad del sujeto y a la claridad de la verdad. No sacrifica la primera por la comodidad de la condena. No sacrifica la segunda por el prestigio de una comprensión refinada. Puede decir: “veo mejor de dónde vienes” y “sigues estando profundamente equivocado” en el mismo movimiento. Esta simultaneidad es difícil. Pero sólo ella evita tanto la brutalidad del desprecio como la blanda cobardía de la relativización.

Hay una cuestión especialmente importante en el trato con quienes piensan mal desde posiciones de dolor real. Es frecuente que ciertas ideas duras, excluyentes o simplificadoras estén alimentadas por experiencias auténticas de miedo, abandono, agravio o pérdida. Esto complica mucho la percepción. Porque la herida es real, aunque la lectura que nace de ella sea falsa o injusta. La empatía sirve aquí para separar ambas cosas sin separarlas de manera artificial. La persona no debe ser tratada como si su dolor fuera inventado. Pero tampoco ese dolor debe adquirir inmunidad frente a la crítica. Éste es uno de los lugares donde la fórmula ya elaborada

reaparece con toda fuerza: condición real de comprensión, criterio insuficiente de verdad.

Esto vale también para las ideas que resultan moralmente repulsivas. Cuanto más fuerte es nuestro rechazo, más probable es que la empatía sea reemplazada por una especie de simplificación higiénica: “no quiero entender nada de esto.” Y hay algo comprensible en esa reacción. Pero a veces no querer entender es también una forma de proteger la propia comodidad. Porque entender de verdad la génesis de una deformación humana obliga a reconocer algo incómodo: que lo monstruoso no siempre viene de un lugar enteramente ajeno a la condición humana común. Puede crecer a partir de elementos ordinarios —miedo, resentimiento, necesidad de pertenencia, deseo de orden, narcisismo herido, búsqueda de certezas— que, bajo ciertas condiciones, se organizan de manera devastadora. La empatía no dice que todos seamos igualmente culpables. Dice algo más sobrio y más inquietante: que el error grave sigue siendo humano, y que sólo por eso puede propagarse.

Esta conciencia introduce una forma de humildad muy importante. El que combate el error ya no puede instalarse enteramente fuera del campo de lo humano común. Debe reconocer que aquello que rechaza no nació en una especie distinta, sino en posibilidades torcidas de la misma materia humana. Esta humildad no debilita la crítica. La limpia de soberbia. Y una crítica menos soberbia suele ser más justa y, a menudo, también más persuasiva.

Por supuesto, habrá casos en que el diálogo no sea posible, en que la peligrosidad de ciertas ideas o sujetos exija ante todo límites claros, resistencia institucional o distancia firme. La empatía no contradice esa necesidad. Simplemente recuerda que incluso

cuando el límite es necesario, sigue siendo importante no construirlo sobre una ficción antropológica donde el otro ya no cuenta como sujeto. Se puede limitar con dureza sin odiar con simplificación. Se puede desautorizar sin caricaturizar. Se puede oponer verdad sin alimentar desprecio total. Ésa es una de las formas más altas de fortaleza moral.

También conviene advertir que la empatía ante quien piensa mal no siempre tiene como finalidad principal convencerlo. A veces su función más importante es otra: proteger la propia alma de la degradación que produce combatir constantemente al otro desde una lógica de enemigo absoluto. Quien sólo sabe responder al error con desprecio acaba siendo dañado también por ese desprecio. La empatía no lo vuelve ingenuo ni blando. Le permite permanecer en la lucha sin volverse enteramente semejante a la lógica de simplificación que combate.

Hay, además, un valor pedagógico inmenso en esta postura. Enseña que la verdad no necesita afirmarse sobre una mutilación del otro. Enseña que es posible juzgar con firmeza sin reducir. Enseña que el pensamiento más fuerte no es siempre el que ridiculiza mejor, sino el que comprende más y, aun así, no cede. Esta lección es particularmente urgente en tiempos donde gran parte del debate público se alimenta de la indignación que simplifica. La empatía aquí no es una debilidad. Es una forma superior de disciplina intelectual.

Podría decirse, entonces, que la tarea de la empatía ante quien piensa mal consiste en hacer visible la estructura humana de una deformación sin por ello rebajar la deformación misma. Ver qué miedo, qué herida, qué necesidad o qué pobreza de mundo la hace plausible y, precisamente por eso, poder responder mejor a ella. Ni

condena vacía ni comprensión fascinada. Algo más difícil: una crítica atravesada por la negativa a tratar el error como si brotara de una nada sin sujeto.

La formulación más rigurosa sería ésta:

Ante quien piensa mal, la empatía alcanza su forma madura cuando permite comprender la experiencia, el miedo, la necesidad o la historia desde los que una idea falsa o injusta se vuelve plausible, sin que esa comprensión rebaje la verdad ni desactive la obligación de criticar, resistir o limitar lo que debe ser rechazado.

Ésta es una de las pruebas más exigentes de la facultad. Porque allí donde el otro no sólo es distinto, sino que yerra de un modo que nos hiere o alarma, la empatía ya no puede apoyarse en la simpatía. Tiene que volverse una forma más pura de justicia intelectual: la justicia de no combatir una conciencia reducida a caricatura, sino una conciencia real, aunque gravemente deformada. Sólo así la verdad no se vuelve una nueva forma de ceguera.

12.18. La empatía ante quien no puede responder: infancia extrema, demencia, coma, sufrimiento sin palabra

Hay un límite especialmente revelador para toda teoría de la empatía: la situación en la que el otro no puede responder de manera suficiente. No puede explicar lo que vive, no puede corregir nuestra lectura, no puede confirmar ni desmentir nuestra interpretación, no puede sostener una conversación, no puede relatar su dolor, no puede organizar discursivamente su miedo o su necesidad. Esto ocurre en situaciones muy distintas: la infancia extrema, ciertos cuadros de discapacidad profunda, la demencia avanzada, el coma, estados de sufrimiento que desbordan la

palabra, agotamientos radicales, crisis agudas donde la conciencia está demasiado rota como para formularse. Aquí la empatía pierde uno de sus apoyos más importantes: la posibilidad de ser corregida por la palabra del otro. Y precisamente por eso debe volverse más humilde, más atenta y más contenida.

Conviene empezar por una verdad decisiva: la falta de palabra suficiente no equivale a falta de interioridad. Que alguien no pueda explicarse no significa que no viva, no tema, no recuerde, no sufra, no rechace, no espere o no necesite de una forma singular de presencia. Esta afirmación puede parecer obvia, pero en la práctica se olvida constantemente. Allí donde la palabra disminuye o se rompe, la sociedad y aun los vínculos cercanos tienden a tratar a la persona desde una lógica funcional. Se la cuida, sí, quizá incluso con esmero, pero como si el mundo interior que no puede comparecer verbalmente hubiera perdido densidad o valor. La empatía corrige precisamente esta degradación. Obliga a seguir suponiendo una experiencia, incluso donde esa experiencia ya no puede mostrarse del modo habitual.

Pero esta corrección debe ir acompañada por una gran cautela. Porque en estos casos la empatía está especialmente expuesta a la **proyección**. Como el otro no puede responder bien, uno rellena fácilmente con su propio esquema: “seguro que quiere esto”, “seguro que no entiende nada”, “seguro que está sufriendo así”, “seguro que preferiría esto otro”, “seguro que ya no queda nadie ahí”. Algunas de estas conjeturas pueden acercarse a la verdad. El problema es la facilidad con que se vuelven certeza operativa. La empatía madura, aquí, no deja de interpretar, porque no puede no hacerlo. Pero interpreta con modestia. Sabe que está trabajando en una zona donde el riesgo de apropiación es altísimo.

Esto significa que la empatía frente a quien no puede responder debe asumir una forma especialmente fina de **atención a los signos mínimos**. Un gesto, una retirada, un cambio en la respiración, un ritmo corporal, una tensión, una calma inhabitual, una pequeña reacción a una voz, a una luz, a una caricia, a una música, a una espera, a una presencia. Nada de esto puede tomarse ingenuamente como transparencia total. Pero tampoco debe ser ignorado. Quien acompaña a alguien con palabra disminuida necesita desarrollar una sensibilidad distinta, menos apoyada en el discurso y más en la observación respetuosa de los matices. No se trata de romantizar el signo mínimo, sino de no despreciarlo sólo porque no viene articulado en lenguaje racional explícito.

Aquí la empatía se vuelve casi una ética de la **presunción favorable de interioridad**. No sabemos del todo qué pasa, pero actuamos evitando la brutalidad de suponer que no pasa nada o que da igual cómo intervenir. Esta ética no exige certeza imposible. Exige un principio de trato: si no puedo saber plenamente cuánto siente, entiende o retiene esta persona, debo comportarme de una manera que no la degrade innecesariamente, que no presuponga su vaciamiento interior y que siga dejándole el beneficio de una humanidad compleja aunque parcialmente inaccesible para mí. Éste es uno de los principios más altos de respeto en contextos de vulnerabilidad radical.

Esto vale de manera especial en la demencia. Una persona que pierde memoria, coherencia narrativa, reconocimiento de ciertos vínculos o capacidad de sostener una conversación ordenada no por eso deja de ser alguien. Pero el entorno puede empezar a tratarla como residuo biográfico, como cuerpo administrable o como resto afectivo sin interlocución real. A veces se habla sobre ella delante de

ella como si ya no oyera moralmente. Se reorganiza su vida como si su presencia fuera sólo material. Se corrigen sus desorientaciones con una mezcla de impaciencia y condescendencia. La empatía se opone a esta caída. No niega la gravedad del deterioro. Pero mantiene viva una exigencia: que la persona no sea tratada como si su pérdida de facultades autorizara una pérdida correlativa de dignidad relacional.

Esta dignidad relacional implica algo muy concreto: seguir dirigiéndose a ella como alguien, seguir cuidando el tono, el ritmo, la forma de la presencia, el pudor, la no humillación, incluso cuando muchas de esas delicadezas no parezcan tener ya un correlato visible inmediato. La empatía madura aquí no funciona desde la garantía del efecto. Funciona desde la fidelidad a una humanidad que no quiere quedar reducida a lo medible. No sabe siempre qué llega. Pero sabe que la despersonalización hiere aunque no pueda ser denunciada con claridad por quien la sufre.

También en la infancia extrema aparece esta verdad. Un bebé, un niño muy pequeño o alguien con capacidades comunicativas muy limitadas no puede explicarnos sus estados internos del modo en que querríamos. Y, sin embargo, vive, reacciona, organiza su experiencia, se calma o se altera según modos muy concretos. La empatía exige al adulto una escucha diferente, hecha de paciencia corporal, de observación, de ensayo humilde, de disposición a ser corregido por respuestas mínimas. Quien no la tiene tiende a interpretar al niño sólo desde categorías funcionales: hambre, sueño, capricho, llanto, ruido. Quien la sentimentaliza proyecta significados excesivos. La virtud está, otra vez, en un punto intermedio: tomar en serio los signos sin convertirlos en teatro interpretativo del adulto.

Hay además una situación especialmente extrema: el coma o los estados de conciencia alterada donde apenas hay respuesta visible. Aquí la empatía parece casi suspendida, y sin embargo se vuelve moralmente crucial. No porque podamos afirmar con seguridad qué siente o entiende quien está así, sino precisamente porque no lo sabemos suficientemente. Esa incertidumbre debería volvernos más delicados, no menos. El cuerpo inconsciente o semiconsciente no debe ser tratado como materia neutra sólo porque no responde. El modo de tocar, de mover, de hablar, de nombrar, de entrar y salir de la habitación, de decidir alrededor de él, pertenece ya a una ética de la presencia. La empatía, en esta frontera, no es comprensión plena del estado interno. Es negativa a que la opacidad radical del otro se convierta en licencia para la indiferencia.

También hay formas de sufrimiento sin palabra que no se deben a daño neurológico o cognitivo, sino a **desbordamiento**. Personas en dolor extremo, en crisis psíquica severa, en pánico, en agotamiento total, en colapso traumático, en estados donde la palabra se rompe no porque no haya interioridad, sino porque la interioridad está sobrepasada. Aquí la empatía no debe exigir demasiado rápido que el otro se explique bien. Pedir claridad total en medio del desbordamiento puede ser una violencia. Pero tampoco debe renunciar a toda estructura. La ayuda más humana suele consistir en acompañar sin demandar una lucidez imposible y, a la vez, sostener un marco mínimo donde la persona no quede completamente perdida en el caos. La empatía percibe el límite del lenguaje. La prudencia organiza alrededor de ese límite una presencia habitable.

Esto es muy importante porque los seres humanos tendemos a sentirnos más cómodos cuando el otro puede traducir su

experiencia a palabras inteligibles para nosotros. Cuando no puede, nos volvemos impacientes, escépticos o dominantes. La empatía madura resiste esa incomodidad. Acepta que hay experiencias humanas que no pueden comparecer todavía o ya suficientemente en lenguaje y que, sin embargo, siguen reclamando una forma justa de trato. Esta aceptación ensancha mucho la comprensión de lo humano. Nos recuerda que la dignidad no depende de la claridad discursiva, aunque la claridad discursiva sea uno de sus vehículos privilegiados.

Aquí aparece un principio de enorme importancia: cuanto menos puede responder el otro, más debería aumentar mi **autolimitación interpretativa**. No menos atención, no menos cuidado, no menos delicadeza, sino menos pretensión de saber completamente. Más disponibilidad a corregirme por pequeños signos. Más modestia al atribuir significados. Más conciencia de que mi lectura está necesariamente expuesta a error y a proyección. Ésta es una forma de humildad que la empatía necesita particularmente en estos contextos. Sin ella, el silencio del otro es llenado por la omnipotencia del cuidador, del profesional, del familiar o del observador.

También se vuelve crucial la cuestión del **pudor**. Allí donde el otro no puede defender explícitamente su intimidad, otros tienen todavía más deber de protegerla. No poder protestar no equivale a consentir. No poder nombrar vergüenza no significa no sentir una forma de exposición degradante. La empatía madura percibe esta asimetría moral. Protege más precisamente donde la autodefensa se ha debilitado. No espera un reclamo para cuidar la dignidad. La presupone y actúa en consecuencia.

Hay además una dimensión especialmente conmovedora de esta forma de empatía: la capacidad de seguir reconociendo a la persona incluso cuando ya no puede **representarse a sí misma** del modo en que antes lo hacía. Esto ocurre en enfermedades neurodegenerativas, en ciertos trastornos graves y en experiencias límite. El sujeto ya no puede narrarse, ubicarse, sostener continuidad biográfica o responder según los códigos que antes organizaban su identidad. El riesgo entonces es pensar que ya "no queda" verdaderamente la persona. La empatía no necesita negar los cambios dramáticos. Pero se resiste a esta conclusión precipitada. Conserva una fidelidad al alguien que sigue estando ahí, aunque ya no comparezca con la integridad previa de su autoconciencia narrativa.

Esto no es sentimentalismo. Es una forma más profunda de realismo antropológico. La persona no coincide enteramente con la forma socialmente reconocible de su competencia verbal, de su memoria o de su autonomía. Estas dimensiones importan muchísimo, sin duda. Pero cuando se alteran no autorizan automáticamente a tratarla como si hubiera caído fuera del campo de los interlocutores morales. La empatía madura sostiene esta intuición incluso en la penumbra.

Ahora bien, esta fidelidad no debe convertirse en negación de los límites reales. Hay quienes, por miedo a perder al otro, insisten en proyectar una lucidez o una continuidad que ya no está disponible del mismo modo. Y esa proyección puede conducir a decisiones injustas, a exigencias imposibles o a una incapacidad de acompañar la verdad dolorosa del deterioro. La empatía madura no niega la pérdida. No necesita fingir plenitud donde hay fractura. Lo que hace es algo más difícil: acompaña la fractura sin convertirla en reducción

total del sujeto. Reconoce la alteración real y, al mismo tiempo, se niega a que esa alteración agote la humanidad de quien la padece.

Podría decirse, entonces, que la empatía ante quien no puede responder exige una combinación especialmente rara de **presunción de interioridad, modestia interpretativa, atención corporal, protección del pudor y fidelidad a una dignidad que ya no puede autodefenderse con claridad**. Esta combinación no ofrece seguridad total. Habrá siempre opacidad, error posible, insuficiencia. Pero precisamente ahí se juega su verdad moral: no en saberlo todo, sino en no usar la oscuridad del otro como excusa para tratarlo como si fuera menos alguien.

La formulación más rigurosa sería ésta:

Ante quien no puede responder suficientemente, la empatía alcanza su forma madura cuando sigue reconociendo una interioridad y una dignidad que no pueden ya hacerse valer plenamente por sí mismas, atendiendo con humildad a signos mínimos y actuando con máxima delicadeza sin confundir la opacidad del otro con vacío ni la necesidad de interpretar con derecho a apropiarse de su experiencia.

Ésta es una de las pruebas más altas de la facultad. Porque aquí la empatía ya no puede apoyarse en la reciprocidad discursiva ni en la confirmación del interlocutor. Tiene que sostenerse casi enteramente en una fidelidad más desnuda a la humanidad del otro. Y precisamente por eso muestra uno de sus núcleos más verdaderos: no hacer depender el reconocimiento del sujeto de su capacidad actual de explicarse, de defenderse o de responder como nosotros querríamos. Ahí la empatía se vuelve una forma extrema de respeto.

12.19. La empatía en la intimidad cotidiana: sostener lo pequeño que pesa mucho

No toda verdad sobre la empatía se juega en situaciones extremas. Hay un ámbito menos visible, menos solemne y, sin embargo, decisivo: la intimidad cotidiana. El modo en que dos personas conviven, se hablan al final del día, se reparten el cansancio, se dicen pequeñas heridas, soportan frustraciones menores, administran silencios, recuerdan lo prometido, perciben un cambio de tono, notan un gesto, no notan una ausencia o dejan pasar lo que para el otro no era pequeño. Gran parte de la vida moral no transcurre en grandes decisiones, duelos, conflictos excepcionales o actos heroicos. Transcurre en estas escenas mínimas. Y precisamente por eso la empatía cotidiana tiene un valor tan alto. Porque allí es donde el otro puede ir siendo lentamente reconocido o lentamente borrado.

La particularidad de este ámbito es que el daño rara vez comparece con la claridad del acontecimiento mayor. No hay una gran traición, una ofensa definitiva o una pérdida visible. Lo que hay son omisiones repetidas, desatenciones pequeñas, interpretaciones apresuradas, faltas de tacto, cansancios no vistos, ironías ligeras, olvidos de cosas que importaban, incapacidad de leer el peso real de lo aparentemente mínimo. Y, sin embargo, la acumulación de estas escenas puede configurar una forma de soledad muy profunda. No la soledad del abandono espectacular, sino la de quien vive junto a otros sin sentirse verdaderamente visto en aquello que, sin hacer ruido, va pesando por dentro.

Aquí la empatía cumple una función irreemplazable: impedir que la vida compartida se vuelva un régimen de coexistencia donde sólo cuentan los grandes problemas y las grandes palabras. La intimidad

cotidiana exige una sensibilidad capaz de advertir que hay pequeñas cosas que no son pequeñas para quien las vive. Un cambio de tono al responder. Una distracción constante cuando el otro habla. Un hábito de no preguntar por aquello que a él le importa. La manera en que se entra en casa. El tipo de mirada que se ofrece o se retira. La diferencia entre ayudar de verdad y estar funcionalmente presente. La reiteración de una broma que toca siempre el mismo punto sensible. La falta de memoria respecto de lo que al otro le costó decir. Nada de esto parece enorme en sí mismo. Pero muchas veces ahí se juega la densidad moral del vínculo.

La dificultad está en que la cotidianidad desgasta la percepción. Lo repetido se vuelve invisible. Uno cree conocer ya al otro, saber qué le afecta, qué le ofende, qué es importante para él y qué no. Y sobre esa confianza, muchas veces, deja de mirar con frescura. La empatía cotidiana, en cambio, impide que la familiaridad se convierta en pereza. Recuerda que incluso en los vínculos más estables el otro sigue siendo fuente de experiencia nueva. Que hoy puede pesarle de otro modo lo que ayer toleraba. Que algo que parecía resuelto puede haberse reabierto. Que una misma frase cae distinto según el día, el cansancio, la herida reciente o el estado interior de quien la recibe. La vida compartida sólo conserva humanidad si no trata la familiaridad como licencia para dejar de percibir.

Esto vale de manera especial respecto del cansancio. En la intimidad cotidiana muchas heridas nacen de cansancios mal leídos. Uno llega saturado, reacciona más seco, escucha peor, reduce al otro a demanda adicional, minimiza lo que para él era importante, responde desde la fatiga como si la fatiga justificara todo. El otro, por su parte, puede no ver ese cansancio y leer sólo

desamor, frialdad o indiferencia. La empatía madura no suprime esta tensión, pero ayuda a habitarla con más verdad. Permite ver que, a veces, una herida no nace de mala voluntad profunda sino de una economía interior sobrecargada. Y permite también ver que el cansancio, aunque real, no cancela enteramente la necesidad de reparar lo que esa sequedad produjo. Esta doble mirada es esencial. Sin ella, la vida cotidiana se llena o de autojustificaciones agotadas o de resentimientos crecientes.

También en lo pequeño aparece una gran tarea de la empatía: distinguir entre la **desproporción aparente** y la verdad interior de una reacción. Hay personas que responden intensamente a gestos que, desde fuera, parecen mínimos. El observador poco empático concluye enseguida: exageración, susceptibilidad, dramatismo. El sentimental concluiría lo contrario: si duele así, entonces el gesto tenía que ser gravísimo. La empatía madura hace otra cosa. Intenta entender qué toca esa escena, qué memoria despierta, qué forma de no ser visto actualiza, qué acumulación lleva detrás. Esto no convierte automáticamente toda reacción intensa en criterio soberano. Pero impide que la desproporción visible cierre demasiado rápido el camino de la comprensión.

La intimidad cotidiana exige también una empatía capaz de leer los **silencios ordinarios**. No el gran silencio del duelo o de la crisis, sino el de quien hoy habla menos, tarda más en responder, deja una frase a medias, evita cierto tema, mira de otro modo, hace con desgana algo que normalmente hacía con otra disposición. Estos matices suelen pasar desapercibidos cuando la vida compartida se funcionaliza. Y, sin embargo, a menudo anuncian mucho. La empatía cotidiana no psicologiza obsesivamente cada detalle, pero tampoco vive tan distraída de la presencia del otro como para no notar nada

hasta que el malestar ya se ha vuelto gran conflicto. Su fuerza está precisamente en esa atención tranquila que no invade, pero no se duerme del todo.

Hay aquí una lección importante. La empatía cotidiana no es espectacular. No consiste en grandes gestos de comprensión ni en escenas profundas de revelación mutua. Consiste muchas veces en cosas mucho más sobrias: no responder demasiado rápido, preguntar una vez más, recordar algo que el otro dijo cuando parecía poco importante, notar el cansancio antes de que se convierta en aspereza, no insistir en un tono cuando se ve que está hiriendo, no convertir cada malestar en problema de enorme escala y no dejar tampoco que la acumulación de lo pequeño siga creciendo porque "ya pasará". Esta sobriedad la vuelve difícil de admirar desde fuera, pero decisiva para la calidad real de la convivencia.

También debe decirse que la intimidad cotidiana pone a prueba la relación entre empatía y **costumbre**. La costumbre puede ser un gran bien: estabiliza, da hogar, evita dramatizaciones innecesarias, permite confianza. Pero también puede ser una gran enemiga de la atención. Se deja de agradecer, de preguntar, de recibir, de mirar con novedad. El otro empieza a ser tratado como paisaje habitual, no como presencia viva. La empatía corrige esta fosilización. No porque exija vivir en estado de intensidad continua, sino porque impide que la costumbre justifique la ceguera. Hay un arte de seguir percibiendo al otro dentro de lo conocido sin necesidad de convertir cada día en escena excepcional. Esa forma de percepción es una de las expresiones más finas del amor y de la amistad maduros.

La vida cotidiana muestra además una deformación muy frecuente: la de reservar la empatía para los momentos graves y negar su necesidad en la normalidad. Se consuela bien en la gran pérdida, se

está a la altura en la crisis, se acompaña con nobleza en el desastre, pero se falla constantemente en lo ordinario. Se piensa que lo cotidiano “debería” sostenerse solo, sin demasiada atención. Pero lo ordinario no se sostiene solo. O, mejor dicho, se sostiene sólo cuando está tejido por miles de gestos mínimos de reconocimiento, cuidado y ajuste mutuo. La falta de empatía en lo pequeño no se ve enseguida. Pero termina vaciando por dentro incluso vínculos que, en las emergencias, parecerían sólidos.

Esto es especialmente visible en relaciones largas. Muchas veces no se rompen por una sola cosa enorme, sino por una sedimentación de no ser visto en detalles que nunca parecían suficientemente graves como para ser nombrados con legitimidad. La empatía cotidiana previene precisamente esta sedimentación. No porque haga imposible toda herida, sino porque reduce la cantidad de pequeñas violencias innecesarias que nacen de vivir demasiado rápido al lado del otro. Y cuando alguna de esas pequeñas violencias ocurre, ayuda a no despreciarla por no ser espectacular. Saber reparar lo mínimo es una de las artes más altas de la convivencia.

También en este nivel la empatía necesita verdad. No todo malestar cotidiano debe ser magnificado ni toda incomodidad convertida en gran escena relacional. La convivencia sería invivible si cada roce pidiera solemnidad y análisis total. La empatía madura sabe esto. Distingue entre lo que debe ser atendido y lo que puede dejarse pasar sin acumulación tóxica. No psicologiza sin medida. Pero tampoco usa la excusa del “no es para tanto” cada vez que lo pequeño toca una fibra real del otro. Esta prudencia es fundamental. Porque la vida común se arruina tanto por exceso de dramatización como por déficit de atención.

Hay otro aspecto importante: la empatía cotidiana no se dirige sólo al dolor, sino también a los pequeños bienes del otro. Lo que hoy lo alivió, lo que le dio alegría, lo que esperaba contar, el momento en que necesitaba ser celebrado o acompañado en algo que para otros no tendría gran importancia. No ver esos pequeños bienes también empobrece mucho la intimidad. Porque el otro no sólo necesita no ser herido; necesita también sentir que lo que le da vida no pasa enteramente desapercibido. Comprenderlo implica saber algo de la textura de sus alivios, de sus entusiasmos discretos, de sus orgullos modestos, de aquello que lo recompone sin hacer ruido.

Esto muestra que la empatía cotidiana tiene una relación muy estrecha con la **memoria amorosa o amistosa**. Recordar lo que al otro le pesa, sí, pero también lo que le importa, lo que lo alegra, lo que lo asusta y lo que espera. Esta memoria no necesita ser exhaustiva para ser significativa. Basta muchas veces con que el otro sienta que no vive junto a alguien para quien sus movimientos interiores son enteramente desechables. La indiferencia cotidiana suele doler no sólo por lo que omite, sino por lo que revela: que el mundo del otro no ha llegado a adquirir suficiente realidad en la conciencia de quien convive con él.

Hay además una cuestión delicada: la empatía cotidiana debe aprender a funcionar incluso cuando uno mismo no está en su mejor momento. Porque sería fácil reservar la sensibilidad sólo para los días buenos. Pero la verdadera calidad de la convivencia se juega mucho en cómo se trata al otro cuando uno está cansado, apurado, saturado, frustrado o replegado sobre sí. No se trata de exigir perfección. Se trata de no concederse tan rápido el derecho a dejar de percibir. A veces la forma más alta de empatía cotidiana es muy modesta: no responder desde el primer impulso, advertir que hoy no

se está en condiciones de escuchar bien y decirlo, pedir un poco de tiempo en vez de reaccionar secamente, o reparar pronto una falta de atención antes de que el otro tenga que convencerse otra vez de que “no vale la pena decir nada”.

Podría decirse, entonces, que la gran tarea de la empatía en la intimidad cotidiana es sostener una forma de mirada donde lo ordinario no se vuelva terreno de invisibilidad recíproca. No pide vivir en máxima intensidad, ni convertir cada gesto en análisis, ni eliminar todas las torpezas inevitables de la convivencia. Pide algo más sencillo y más difícil: que el otro no tenga que esperar una catástrofe para sentirse realmente recibido. Que lo pequeño que le pesa o le da vida encuentre, de vez en cuando y con verdad suficiente, lugar en la conciencia compartida.

La formulación más rigurosa sería ésta:

En la intimidad cotidiana, la empatía alcanza su forma madura cuando permite advertir y recibir el peso moral de lo aparentemente pequeño sin dramatizarlo ni despreciarlo, sosteniendo una convivencia en la que el otro no sea borrado por la costumbre, el cansancio o la funcionalización de la vida compartida.

Ésta es una de las formas más discretas y más fundamentales de la facultad. Porque allí donde lo cotidiano deja de ser lugar de percepción viva, los vínculos pueden seguir funcionando exteriormente y, sin embargo, vaciarse lentamente por dentro. La empatía evita esa erosión silenciosa. No mediante grandes gestos, sino mediante una fidelidad a la presencia del otro en lo mínimo. Y lo mínimo, en la vida humana real, rara vez es tan mínimo como parece.

12.20. Síntesis práctica: ver al otro en lo concreto

La empatía, cuando desciende a los vínculos concretos, deja de ser una palabra abstracta y se revela como una disciplina de percepción moral. Su tarea no consiste en producir una emoción correcta, ni en multiplicar explicaciones psicológicas, ni en evitar toda herida, ni en confirmar sin más la vivencia ajena. Su tarea consiste en impedir que el otro quede reducido a función, conducta, categoría, daño o necesidad.

En la amistad, esto significa comprender sin halagar y corregir sin humillar.
En el amor, cercanía sin absorción y cuidado sin posesión.
En la crianza y en la educación, acoger sin debilitar y exigir sin aplastar.
En el conflicto, sostener la verdad sin convertir al otro en enemigo absoluto.
En la vida pública, escuchar el sufrimiento sin hacerlo criterio único.
Ante el extraño, reconocer humanidad sin depender de la semejanza.
Con uno mismo, comprenderse sin justificarse y exigirse sin crueldad.
En el cuidado y en la ayuda, asistir sin sustituir ni crear dependencia.
En la justicia, juzgar sin deshumanizar.
En la conversación, escuchar una conciencia sin confundir comprensión con acuerdo.
En la intimidad cotidiana, no dejar que lo pequeño se vuelva invisible.

Ésta es la lección decisiva: la empatía no vale por sí sola, sino por la forma de realidad humana que hace posible. Vale cuando deja al otro más comparecido y a la verdad más habitable. Falla cuando sentimentaliza, invade, absuelve, domina, agota o sustituye.

Por eso su medida más alta no es la intensidad del sentir, sino la calidad del trato. No cuánto me afecta el otro, sino cómo cambia mi manera de responderle. No cuánto hablo de comprensión, sino hasta qué punto mi presencia impide que el otro sea borrado.

La empatía concreta, bien ordenada, no elimina el juicio, el límite, la responsabilidad ni el conflicto. Lo que elimina es algo peor: la costumbre de tratar a los seres humanos como si su interioridad no importara.

Y ése es, en el fondo, su lugar más exacto en la vida moral. No reinar. No sustituir. No absolver. Simplemente impedir que, en el ejercicio del bien, perdamos al otro.

CAPÍTULO 13.

LÍMITES DE LA EMPATÍA

13.1. La empatía no basta

Después de haber situado la empatía en los vínculos concretos, conviene fijar con claridad una tesis que atraviesa toda la obra: la empatía es valiosa, a veces indispensable, pero no basta.

No basta para definir el bien.
No basta para decidir lo justo.
No basta para ordenar conflictos complejos.
No basta para educar, gobernar, juzgar o amar bien.
No basta, en suma, para sostener por sí sola una vida moral completa.

Esta insuficiencia no la rebaja. La sitúa. Y situarla bien es una forma de salvarla de dos errores simétricos: idolatrarla como si fuera la clave total de la humanidad moral, o despreciarla como si fuera un adorno sentimental sin verdadero peso. La verdad está en otro lugar: la empatía es una mediación importante, pero necesita ser integrada en una arquitectura más amplia.

La razón es sencilla. Comprender cómo vive alguien una situación no equivale todavía a saber qué debe hacerse. Puedo captar muy bien el dolor de una persona y, sin embargo, tener que negarle lo que pide. Puedo entender de dónde nace una reacción y, aun así, juzgarla injusta. Puedo ver con claridad la herida que sostiene una conducta y, sin embargo, no poder convertir esa herida en criterio suficiente para absolverla.

La empatía ilumina una dimensión de la realidad: la experiencia del otro. Pero la realidad moral contiene más que experiencia. Contiene verdad, responsabilidad, bienes en conflicto, consecuencias, límites, deberes hacia terceros, exigencias institucionales, proporción y prudencia. Quien absolutiza la empatía olvida esta pluralidad. Y al olvidarla, termina cargando sobre una sola facultad un peso que no puede sostener.

También por eso la empatía necesita corrección. La verdad la corrige cuando la experiencia interpretada no coincide plenamente con lo real. La justicia la corrige cuando el dolor de uno no puede borrar el derecho de otro. La prudencia la corrige cuando una reacción bienintencionada produciría un daño mayor. El límite la corrige cuando comprender no autoriza a invadir, desaparecer o ceder siempre.

Puede decirse así: la empatía abre el acceso al otro, pero no clausura el trabajo del juicio. Más bien lo hace más difícil y más

humano a la vez. Más difícil, porque ya no se juzga sobre una abstracción. Más humano, porque el otro comparece como alguien. Ésta es su grandeza. No ahorrar la tarea moral, sino impedir que se haga sobre una imagen empobrecida de lo humano.

Por eso una ética madura no pregunta sólo si hay empatía, sino qué lugar ocupa, con qué otras facultades se integra y qué corrige en cada caso. Una empatía sin verdad se sentimentaliza. Sin justicia, se parcializa. Sin límite, se agota o invade. Sin prudencia, se vuelve torpe. Sin fortaleza, capitula. Sin humildad, se narcisiza.

La conclusión de este punto debe quedar nítida: la empatía es importante precisamente porque no es total. Su función no es reemplazar la vida moral, sino impedir que la vida moral se deshumanice. Allí está su dignidad exacta.

13.2. La empatía no equivale a verdad

Uno de los errores más frecuentes consiste en pasar, casi sin advertirlo, de esta afirmación: “alguien vive algo de esta manera”, a esta otra: “por tanto, las cosas son así”. Ese paso es ilegítimo. La empatía permite acceder a la vivencia; no garantiza por sí sola la verdad de la interpretación que esa vivencia hace del mundo.

Esto debe formularse con precisión. La experiencia subjetiva es real en cuanto experiencia. Si alguien se siente humillado, amenazado, excluido o herido, ese sentir no es una ficción sólo porque otro no lo comparta. Pero de ahí no se sigue automáticamente que su lectura de los hechos sea completa, exacta o justa. Puede haber dolor real y, al mismo tiempo, interpretación parcial. Puede haber miedo auténtico y, al mismo tiempo, percepción deformada. Puede haber sufrimiento verdadero y, sin embargo, conclusión falsa.

La empatía nos obliga a no despreciar la experiencia. Pero no nos autoriza a convertirla en tribunal supremo de la verdad. Su tarea es otra: hacer que la experiencia comparezca con suficiente densidad como para ser pensada seriamente. Después de eso, todavía hace falta distinguir, contrastar, preguntar y juzgar.

Esta distinción es decisiva en casi todos los ámbitos humanos. En el conflicto, porque comprender lo que alguien sintió no basta para decidir quién hizo qué. En la educación, porque la frustración del alumno no basta para establecer que la exigencia era injusta. En la política, porque el dolor de un grupo no basta por sí solo para fundar toda la respuesta pública. En la vida interior, porque lo que uno siente sobre sí mismo no coincide necesariamente con lo que es verdad sobre sí.

Cuando esta distinción se olvida, la empatía se degrada en sentimentalismo epistemológico: se piensa que la intensidad con que algo es vivido confirma la verdad de lo vivido. Pero la intensidad prueba intensidad, no verdad. La verdad exige un trabajo adicional.

Por eso la fórmula correcta no es “si lo siente así, entonces es así”, sino: “si lo siente así, hay aquí una realidad que debe ser comprendida y pensada con seriedad”. La empatía abre esa seriedad. No la concluye.

Ése es uno de sus límites más importantes y una de las razones por las que necesita convivir con el juicio.

13.3. La empatía no equivale a justicia

Tampoco debe confundirse la empatía con la justicia. La razón es clara: la empatía se inclina con más facilidad hacia lo visible, lo próximo, lo narrable y lo que despierta resonancia afectiva; la justicia, en cambio, debe considerar también lo menos visible, lo

más abstracto, lo que afecta a terceros, lo que exige medida común y lo que no depende de cuánto conmueva.

Esto significa que una persona puede ser muy empática y, sin embargo, injusta. Puede comprender hondamente a quien tiene delante y, al mismo tiempo, olvidar a quienes no están presentes. Puede volcarse hacia el sufrimiento más expresivo y descuidar daños más silenciosos. Puede dejarse guiar por la herida más inmediata y no ver que hay otros bienes en juego.

La justicia corrige precisamente esa tendencia. Recuerda que no todo lo moralmente relevante comparece bajo la forma del dolor más intenso o de la experiencia más elocuente. Hay derechos, deberes, proporciones, límites y obligaciones hacia personas que no están en el centro emocional de la escena. La empatía, por sí sola, no garantiza que todo eso sea considerado.

Esto no significa que la justicia deba volverse fría. Significa que necesita una mirada más amplia que la sola resonancia afectiva. La empatía la humaniza; la justicia la ordena. Cuando la empatía quiere ocupar el lugar de la justicia, se vuelve parcial. Cuando la justicia desprecia la empatía, se vuelve abstracta.

La relación correcta entre ambas no es de sustitución, sino de corrección recíproca. La empatía impide que la justicia trate a las personas como casos vacíos. La justicia impide que la empatía distribuya de manera desigual la atención moral según afinidad, cercanía o impacto emocional.

Por eso la fórmula adecuada es ésta: la empatía puede mostrar a quién se está tocando; la justicia debe preguntar también si se lo está tratando como corresponde.

13.4. La empatía no equivale a prudencia

Aun cuando la empatía vea algo verdadero y aun cuando su impulso sea moralmente noble, todavía queda una pregunta distinta: qué conviene hacer aquí y ahora. Esa pregunta pertenece a la prudencia.

La prudencia no pregunta sólo qué siente el otro, sino qué respuesta sirve mejor al bien en esta situación concreta. A veces coincidirá con el primer impulso empático. Otras veces no. Puede ocurrir que ayudar de inmediato debilite, que aliviar empeore, que callar sea mejor que hablar, que poner un límite duela pero proteja, que sostener una distancia sea más justo que una cercanía ansiosa.

La empatía por sí sola no resuelve estas diferencias. Puede mostrar con gran nitidez el sufrimiento del otro y, sin embargo, no indicar todavía cuál es la acción más adecuada. Incluso puede empujar hacia respuestas precipitadas: intervenir demasiado pronto, explicar demasiado rápido, consolar cuando habría que escuchar, ceder cuando habría que sostener, proteger cuando habría que dejar atravesar una dificultad formativa.

Por eso la prudencia corrige a la empatía sin negarla. Le pregunta por consecuencias, por tiempos, por proporciones, por efectos indirectos y por la diferencia entre lo que alivia ahora y lo que hace bien de verdad.

La empatía dice: “aquí hay dolor, miedo, humillación o necesidad.” La prudencia añade: “¿y qué forma de respuesta conviene realmente?”

Sin esta segunda pregunta, la sensibilidad puede ser sincera y, sin embargo, torpe. Con ella, la empatía deja de ser sólo conmoción y empieza a convertirse en ayuda mejor orientada.

13.5. La empatía no equivale a amor

También es necesario distinguir la empatía del amor. Se parecen, se ayudan y a veces se refuerzan, pero no son lo mismo.

La empatía consiste en comprender la experiencia del otro desde dentro, en la medida de lo posible. El amor, en cambio, consiste en querer el bien del otro en cuanto otro. Puede haber empatía sin amor: alguien puede captar muy bien lo que otro siente y usar ese conocimiento para manipularlo, seducirlo o dominarlo. Y puede haber amor con empatía insuficiente: alguien puede querer sinceramente el bien de otro y, sin embargo, comprenderlo mal, leerlo torpemente o herirlo por ceguera afectiva.

Esta distinción es crucial porque muchas veces se absolutiza la empatía como si fuera la forma suprema del amor. Pero no lo es. El amor incluye más: fidelidad, paciencia, sacrificio, verdad, constancia, renuncia al propio interés, capacidad de sostener el bien incluso cuando no coincide con lo que el otro desea o con lo que resulta emocionalmente más fácil.

La empatía ayuda al amor a no volverse ciego. Le permite ver mejor a quién ama. Pero no lo reemplaza. Comprender muy bien a una persona no garantiza querer su bien. Y querer su bien no basta, por sí solo, para entender cómo vive lo que le ocurre.

Por eso, cuando se confunden, surgen dos errores. El primero: creer que cuanto más intensamente comprendo, más alto es ya mi amor. El segundo: creer que amar consiste sobre todo en acompañar la experiencia del otro sin contrariarla demasiado. Ambos son falsos. El amor maduro necesita empatía, pero también necesita verdad, fortaleza y una orientación al bien que no depende sólo de la cercanía afectiva.

La fórmula más exacta sería ésta: la empatía deja aparecer al otro; el amor quiere su bien. Cuando ambas cosas se integran, el vínculo gana profundidad. Cuando se confunden, se pierde claridad sobre lo que cada una puede y no puede hacer.

13.6. La empatía no equivale a responsabilidad

Comprender al otro tampoco equivale a hacerse responsable de todo lo que le ocurre. Éste es otro límite esencial.

La empatía permite ver mejor el dolor, la fragilidad o la necesidad ajena. Pero de ahí no se sigue automáticamente que todo eso me corresponda, que deba cargarlo sin medida o que sea culpable si no logro aliviarlo. Cuando se borra esta distinción, la empatía se convierte fácilmente en autoanulación, culpa difusa o disponibilidad ilimitada.

La responsabilidad tiene límites. Depende del vínculo, del rol, de la capacidad real, de la justicia del caso y de lo que también debo a otros y a mí mismo. La empatía puede mostrarme que algo duele; no decide por sí sola cuánto me toca responder, hasta dónde, de qué manera y con qué costo legítimo.

Esto es especialmente importante en relaciones de cuidado, de ayuda o de gran intensidad afectiva. Muchas personas terminan creyendo que, porque entienden profundamente el sufrimiento de otro, ya no tienen derecho a un límite, a una distancia o a una negativa. Pero esa conclusión es falsa. Comprender no es asumir soberanía sobre la vida ajena ni quedar moralmente obligado a absorber toda su carga.

La fórmula correcta sería ésta: la empatía amplía la conciencia de lo que le pasa al otro; la responsabilidad delimita qué me toca hacer con eso. Si la primera actúa sin la segunda, aparece la confusión

moral. Si la segunda actúa sin la primera, aparece la dureza. Sólo su articulación evita tanto el abandono como la absorción.

13.7. La empatía no equivale a solución

Hay situaciones en las que la empatía hace un bien inmenso y, sin embargo, no resuelve nada en sentido fuerte. Esto debe ser aceptado con claridad.

Comprender al otro puede aliviar su soledad, volver menos bárbaro un conflicto, humanizar una corrección o hacer más habitable un dolor. Pero no por eso elimina la pérdida, disuelve la contradicción, repara el daño, restituye la confianza o soluciona el problema objetivo. A veces sólo hace posible que todo eso sea atravesado de una manera menos deshumanizada.

Este límite es importante porque muchas veces se exige a la empatía más de lo que puede dar. Se espera que, si una persona ha sido realmente comprendida, entonces el vínculo debería recomponerse, el conflicto debería ceder o la herida debería empezar a cerrarse. Y no siempre ocurre así. Hay comprensiones verdaderas que no traen reconciliación. Hay presencias hondas que no impiden una separación. Hay acompañamientos nobles que no salvan del sufrimiento ni del fracaso.

Aceptar esto purifica la facultad. La libera de la fantasía de omnipotencia. La empatía no está para arreglarlo todo, sino para impedir que lo irresoluble o lo difícil sea vivido desde una soledad innecesaria o una ceguera moral agravante.

Por eso su grandeza no consiste en garantizar soluciones, sino en cambiar la calidad humana de la situación incluso cuando la situación sigue siendo trágica, limitada o conflictiva. Ése es uno de sus límites y, a la vez, una de sus verdades más sobrias.

13.8. La empatía no equivale a virtud completa

Por último, conviene afirmar algo decisivo: la empatía, incluso bien ordenada, no constituye por sí sola una virtud completa.

Una virtud completa no sólo percibe algo valioso; sabe además ordenarlo, sostenerlo y actuar desde ello de manera estable. La empatía percibe y abre. Pero para convertirse en parte de una vida buena necesita integrarse con otras disposiciones: verdad, justicia, prudencia, fortaleza, humildad, límite, paciencia.

Sin verdad, se sentimentaliza.
Sin justicia, se parcializa.
Sin prudencia, se precipita.
Sin fortaleza, capitula.
Sin humildad, se narcisiza.
Sin límite, se agota o invade.

Esto muestra su grandeza y su fragilidad. Grandeza, porque toca algo muy alto: la comparecencia del otro como sujeto. Fragilidad, porque ese acceso puede ser usado mal, absolutizado o desordenado con facilidad.

Por eso no hay que preguntar simplemente si una persona “tiene empatía”, sino qué hace con ella, qué lugar ocupa en su carácter y cómo convive con el resto de su vida moral. Una empatía intensa en un alma desordenada puede producir mucho daño. Una empatía más sobria en un alma bien formada puede producir mucho bien.

La conclusión de este capítulo debe quedar firme: la empatía es una facultad valiosa, pero limitada. Su dignidad no está en bastarse a sí misma, sino en ayudar a que el resto de la vida moral no olvide nunca que se ejerce sobre alguien.

CAPÍTULO 14.

MÁS ALLÁ DE LA EMPATÍA

14.1. Verdad, justicia, prudencia y amor

Si la empatía tiene límites, entonces la vida moral no puede organizarse en torno a ella como si fuera su centro último. Hace falta una arquitectura más amplia.

La verdad impide que la experiencia subjetiva se convierta en criterio suficiente de lo real.
La justicia impide que la cercanía afectiva distribuya de modo desigual la consideración debida.
La prudencia impide que el primer impulso compasivo sustituya el discernimiento sobre lo que conviene hacer.
Y el amor impide que la comprensión del otro se quede en registro contemplativo sin orientarse efectivamente a su bien.

Estas cuatro dimensiones no anulan la empatía. La sitúan y la elevan.

Sin verdad, la empatía se sentimentaliza.
Sin justicia, se parcializa.
Sin prudencia, se precipita.
Sin amor, puede comprender mucho y servir poco.

Por eso la vida moral madura no pregunta sólo: "¿logro sentir con el otro?" Pregunta también: "¿qué es verdadero aquí?", "¿qué es justo?", "¿qué conviene hacer?" y "¿qué sirve realmente al bien de esta persona y de los demás implicados?"

La empatía abre el acceso.
La verdad aclara.
La justicia ordena.

La prudencia decide.
El amor sostiene.

Sólo juntas estas dimensiones hacen posible una respuesta plenamente humana.

14.2. Del sentir al juzgar, del juzgar al obrar

Uno de los grandes aprendizajes de esta obra puede formularse así: la vida moral no termina en el sentir, pero tampoco debería empezar ignorándolo. Hay un tránsito que debe ser recorrido con rigor: del sentir al juzgar, y del juzgar al obrar.

La empatía pertenece sobre todo al primer momento. Hace posible que el otro no sea una abstracción. Pero si la conciencia se queda ahí, la respuesta moral queda incompleta. Sentir con el otro no basta; hay que pensar qué significa lo sentido, qué parte revela una verdad y qué parte no puede decidir por sí sola la situación.

Después viene el juicio. Juzgar no significa enfriarse, sino ordenar. Distinguir hechos de interpretaciones, dolor de derecho, necesidad de deseo, límite justo de herida rechazada, responsabilidad propia de responsabilidad ajena. Sin este trabajo, la compasión puede ser sincera y, aun así, ciega.

Y después viene la acción. Porque tampoco basta comprender y juzgar bien si no se responde de una manera concreta, situada y proporcionada. Obrar exige forma, tiempo, medida, coraje y aceptación del costo moral que algunas decisiones traen consigo.

Este recorrido es importante porque corrige dos errores opuestos. El primero: creer que sentir intensamente ya es responder bien. El segundo: creer que puede juzgarse y obrarse correctamente sin dejar que la experiencia del otro entre de verdad en el campo moral.

La madurez consiste justamente en no romper esta secuencia.
La empatía abre.
El juicio ordena.
La acción responde.

Cuando falta la primera, el obrar se endurece. Cuando falta la segunda, el obrar se desordena. Cuando falta la tercera, todo queda en sensibilidad o lucidez estéril.

Por eso ir más allá de la empatía no significa dejarla atrás, sino insertarla en un movimiento más amplio donde el sentir no reine solo y donde el obrar no olvide lo que ha sentido y comprendido.

14.3. La dignidad de la distancia justa

Ir más allá de la empatía no significa endurecerse. Significa aprender que no toda cercanía moral exige máxima proximidad afectiva.

Hay situaciones en las que la respuesta más justa no consiste en sentir más con el otro, sino en guardar una distancia suficiente para pensar mejor, decidir mejor o no invadir. Esto vale en la justicia, en la educación, en el cuidado, en el conflicto y también en la vida interior.

La distancia justa no es indiferencia. Es una forma de respeto. Respeto por la verdad de la situación, por la alteridad del otro y por los límites de la propia facultad. Sin ella, la empatía puede desbordarse en absorción, sentimentalismo o confusión.

Esto corrige una idea muy extendida: que cuanto más cerca afectivamente se está, mejor se responde moralmente. No siempre es así. A veces la excesiva cercanía impide ver. Otras veces impide sostener un límite. Otras, vuelve al otro dependiente de nuestra presencia. Y otras, nos hace incapaces de soportar el dolor que acompaña a ciertas decisiones justas.

La madurez moral exige, por tanto, saber acercarse y saber retirarse. Saber entrar en la experiencia del otro y saber no quedar cautivo de ella. Saber acompañar sin ocupar. Saber comprender sin perder forma.

La distancia justa no niega la empatía. La protege de sí misma. Y gracias a esa protección, la respuesta puede volverse más limpia, más libre y más verdadera.

14.4. La primacía del bien sobre la sola resonancia afectiva

La empatía nos dice algo importante: cómo comparece el otro en su experiencia. Pero la vida moral exige una pregunta ulterior: qué es bueno hacer.

Esta prioridad del bien sobre la sola resonancia afectiva es decisiva. Porque hay situaciones en las que lo que más conmueve no coincide con lo que más conviene. Lo más visible no es siempre lo más justo. Lo que produce mayor impacto emocional no siempre debe decidir la respuesta.

Por eso una conciencia madura no se deja gobernar sólo por lo que siente ante el sufrimiento, la fragilidad o la necesidad. Se deja instruir por ello, pero luego pregunta: ¿qué sirve realmente al bien de esta persona, de esta relación, de esta comunidad, de esta situación?

A veces el bien coincidirá con el alivio inmediato.
A veces exigirá espera.
A veces implicará frustrar.
A veces requerirá distancia.
A veces pedirá una verdad incómoda.
A veces obligará a proteger a otros antes que responder al dolor más visible.

La empatía, por sí sola, no resuelve estas tensiones. El bien sí debe intentarlo, aunque nunca de modo automático.

Ir más allá de la empatía significa justamente esto: no traicionar la experiencia del otro, pero tampoco entregar la decisión moral a la sola fuerza con que esa experiencia se impone en nosotros. La medida última no es cuánto me afecta algo, sino qué debe hacerse de verdad.

14.5. La madurez moral no consiste en sentir más, sino en ordenar mejor

Una conciencia inmadura suele creer que el progreso moral consiste en aumentar la intensidad de sus reacciones: conmoverse más, sentirse más tocada, experimentar con mayor fuerza el dolor ajeno. Pero eso no basta. A veces ni siquiera ayuda.

La madurez moral consiste, sobre todo, en ordenar mejor lo que se siente.

Ordenar mejor significa:
que la compasión no destruya el juicio,
que la cercanía no anule el límite,
que la verdad no se vuelva crueldad,
que la justicia no se enfríe,
que el amor no se vuelva ciego,
y que la empatía no quiera ocupar el lugar de todas las demás facultades.

Por eso una persona moralmente más alta no es necesariamente la que siente más intensamente, sino la que sabe integrar mejor lo que siente en una respuesta verdadera. Puede incluso parecer más sobria, menos espectacular, menos dada a grandes demostraciones afectivas. Pero esa sobriedad no es pobreza moral. Es forma.

La empatía, entonces, no desaparece. Se vuelve más disciplinada. Menos ansiosa. Menos necesitada de probar su bondad. Más capaz de servir al bien sin convertirse en protagonista.

Ése es uno de los pasos decisivos más allá de la empatía: comprender que la altura moral no está en el exceso de sensibilidad, sino en la buena composición del alma.

14.6. La verdadera humanidad no termina en la empatía

La empatía es una de las grandes mediaciones de la vida moral, pero no su culminación.

La culminación está más allá:
en la verdad que no se deja comprar por la emoción,
en la justicia que no olvida a nadie,
en la prudencia que sabe qué hacer,
en la fortaleza que sostiene el bien cuando cuesta,
y en el amor que quiere de verdad el bien del otro.

Por eso una persona puede ser empática y todavía no ser justa.
Puede comprender y todavía no saber amar bien.
Puede conmoverse y todavía no saber decidir.
Puede sentir mucho y todavía no tener carácter.

La verdadera humanidad comienza con la ruptura del egoísmo ciego, y la empatía ayuda enormemente en esa ruptura. Pero no termina ahí. Tiene que aprender a ordenar lo que ve, a responder con medida y a sostener el bien incluso cuando ya no hay recompensa afectiva inmediata.

Ésta es la tesis final de este capítulo: ir más allá de la empatía no significa perder humanidad, sino alcanzar una humanidad más completa. Una humanidad en la que comprender al otro sigue

siendo esencial, pero ya no basta para definir por sí solo qué es vivir bien.

Y precisamente por eso la empatía conserva su dignidad: no porque sea lo máximo, sino porque sigue siendo una de las puertas más altas por las que el otro puede entrar verdaderamente en nuestra conciencia.

CAPÍTULO 15.

CONCLUSIÓN

15.1. La empatía como facultad valiosa y limitada

La tesis central de esta obra puede formularse con sencillez: la empatía es una facultad humana valiosa, a veces indispensable, pero esencialmente limitada.

Es valiosa porque impide que el otro sea tratado como cosa, caso, función o simple obstáculo. Hace posible que comparezca como alguien para quien algo está ocurriendo desde dentro. Sin ella, la vida moral se endurece, se abstrae o se vuelve peligrosamente ciega.

Pero es limitada porque no decide por sí sola la verdad, la justicia, la prudencia, el amor ni el bien. Comprender una experiencia no equivale todavía a saber qué hacer con ella. Sentir el peso del sufrimiento no basta para ordenar una respuesta justa. Percibir al otro no suprime la necesidad de juzgar, distinguir, limitar y decidir.

Ésta ha sido la línea de fondo de todo el recorrido: salvar la empatía de dos errores contrarios. Del error de quienes la convierten en principio supremo de la moral. Y del error de quienes, viendo sus deformaciones, la rebajan a simple sentimentalismo prescindible.

Ni ídolo ni residuo.
Ni soberana ni adorno.
Su lugar es más exacto y más sobrio.

La empatía vale porque humaniza.
No basta porque no gobierna sola.

Ésa es su dignidad y también su límite.

15.2. Lo que la empatía puede y no puede hacer

A lo largo de esta obra quedó claro que la empatía puede hacer algo muy grande: abrir acceso a la experiencia ajena y volver menos bárbara la relación con el otro.

Puede humanizar la justicia.
Puede purificar la autoridad.
Puede hacer más verdadero el cuidado.
Puede impedir que el conflicto destruya por completo la alteridad del adversario.
Puede dar espesor a la amistad, al amor, a la educación, a la conversación y a la ayuda.
Puede incluso volver más habitable la relación consigo mismo.

Pero también quedó claro lo que no puede hacer.

No puede definir por sí sola la verdad.
No puede decidir por sí sola lo justo.
No puede reemplazar la prudencia.
No puede absolver automáticamente la culpa.
No puede convertir todo sufrimiento en criterio suficiente.
No puede, en fin, sostener sola una vida moral completa.

Cuando se le exige demasiado, se deforma.
Se sentimentaliza.

Se parcializa.
Invade.
Manipula.
Se agota.
Se narcisiza.
Se vuelve complicidad o ideología.

Por eso la pregunta correcta nunca fue simplemente "¿hay empatía?", sino "¿qué lugar ocupa, con qué se integra y a qué está sirviendo?".

Ésa es la forma más sobria de conservarla. No inflarla, no negarla, sino entender con precisión su poder y su frontera.

15.3. La tarea que queda

Queda, entonces, una tarea doble.

Primero, conservar la empatía. No permitir que la dureza, la abstracción, la impaciencia o la lógica funcional expulsen de la vida moral la realidad interior del otro. Allí donde eso ocurre, el juicio se enfría, la autoridad se brutaliza, la ayuda se vuelve dominio y la justicia pierde humanidad.

Segundo, no absolutizarla. No convertirla en palabra total, en signo automático de bondad ni en sustituto del pensamiento moral. Allí donde eso ocurre, la sensibilidad se desordena, la verdad se debilita y el bien se confunde con la sola resonancia afectiva.

La tarea madura consiste en algo más exigente: integrar la empatía en una vida gobernada también por verdad, justicia, prudencia, fortaleza, límite y amor.

Sólo así puede cumplir su mejor función: no mandar sola, sino impedir que todo lo demás se ejerza sobre seres humanos tratados como si no tuvieran mundo interior.

Ésta es, en el fondo, la lección final. La empatía no salva por sí sola la vida moral. Pero una vida moral que la pierde corre el riesgo constante de volverse menos humana.

Y esa pérdida sería demasiado grave.

15.4. Fórmula final

La empatía es la facultad por la que el otro deja de ser mera exterioridad y comparece como alguien.

Ésa es su grandeza.

Pero precisamente porque sólo hace eso —aunque hacerlo sea inmenso— no puede convertirse en el principio total de la moral.

Necesita de la verdad para no sentimentalizarse.
Necesita de la justicia para no parcializarse.
Necesita de la prudencia para no precipitarse.
Necesita del límite para no invadir ni agotarse.
Necesita del amor para no quedarse en mera comprensión sin entrega real al bien.

La forma más alta de la vida moral no consiste en sentir cada vez más, sino en responder cada vez mejor.

Y responder mejor exige que la empatía ocupe su lugar exacto: ni menos ni más.

Ni dureza sin empatía.
Ni empatía sin juicio.
Ni verdad sin humanidad.
Ni humanidad sin verdad.

Si esta obra ha logrado algo, debería ser esto: devolver a la empatía su verdadera dignidad, que no está en reinar sobre todas las cosas, sino en impedir que, en medio del juicio, de la corrección, del conflicto, del cuidado, del amor y de la justicia, el otro desaparezca.

Con eso basta para justificar su importancia.
Y no basta para convertirla en absoluto.

Ésa es su medida.
Y ésa es también su verdad.

Epílogo

La empatía no redime por sí sola la vida humana. No elimina el mal, no resuelve el conflicto, no garantiza la verdad y no sustituye el trabajo del juicio. Pero allí donde falta de manera grave, algo decisivo se pierde: el otro deja de comparecer con suficiente realidad.

Ésa ha sido, en el fondo, la preocupación constante de este libro.

No defender una palabra prestigiosa.
No repetir un ideal sentimental.
No negar los límites, las trampas y las corrupciones de la facultad.
Sino mostrar con rigor qué lugar ocupa y por qué sigue siendo necesaria.

La empatía vale porque rompe una forma básica de barbarie: la de actuar sobre otros como si su interioridad no importara.
Y necesita límite porque, dejada a sí misma, puede deformarse y empezar a servir a otras cosas: al poder, a la autoimagen, a la comodidad moral, a la parcialidad o a la evasión del juicio.

Por eso la tarea no era exaltarla ni destruirla, sino situarla.

Si este recorrido ha sido fiel a su objeto, entonces la conclusión no debe ser ni entusiasmo ingenuo ni desencanto cínico, sino una forma más sobria de responsabilidad.

Comprender mejor.
Juzgar mejor.
Responder mejor.

Y no permitir que ninguna de estas tres tareas destruya a las otras dos.

La vida moral más alta no es la de quien siente mucho y ya, ni la de quien juzga sin dejarse tocar, ni la de quien ama ciegamente. Es la de quien aprende, con dificultad, a dejar entrar al otro sin perder la verdad, a sostener la verdad sin perder al otro, y a obrar sin traicionar ni una ni otra.

Si eso se ha vuelto más claro, entonces el trabajo ha valido la pena.

Bibliografía

Fuentes primarias

Aristóteles. *Ética a Nicómaco*.
Hume, David. *Tratado de la naturaleza humana*.
Hume, David. *Investigación sobre los principios de la moral*.
Kant, Immanuel. *Fundamentación de la metafísica de las costumbres*.
Kant, Immanuel. *Crítica de la razón práctica*.
Nietzsche, Friedrich. *La genealogía de la moral*.
Scheler, Max. *Esencia y formas de la simpatía*.
Smith, Adam. *Teoría de los sentimientos morales*.
Stein, Edith. *Sobre el problema de la empatía*.

Fuentes secundarias

Arendt, Hannah. *Eichmann en Jerusalén*.
Bauman, Zygmunt. *Modernidad y Holocausto*.
Decety, Jean. Trabajos sobre empatía, compasión y cognición social.
Nussbaum, Martha C. *Upheavals of Thought*.
Prinz, Jesse. Trabajos críticos sobre empatía y moralidad.
Ricoeur, Paul. *Sí mismo como otro*.
Zaki, Jamil. *The War for Kindness*.

Fuentes complementarias

Frankl, Viktor E. *El hombre en busca de sentido*.
Lewis, C. S. *Los cuatro amores*.
Spaemann, Robert. *Personas*.
Weil, Simone. *La gravedad y la gracia*.